

Univerzita Karlova v Praze
Pedagogická fakulta
Katedra tělesné výchovy



Motivace žáků 2. stupně základních škol k pohybovým
aktivitám a sportu

Motivation of secondary school- age children to physical activities and sports

Vedoucí diplomové práce:	Doc. PhDr. Jiří Hrabinec, CSc.
Autorka DP:	Bc. Denisa Suchánková Štěrbova 253, Jaroměř- Josefov, 551 02
Studijní program:	Učitelství pro střední školy
Studijní obor:	TV-ZSV
Typ studia:	prezenční
Rok dokončení DP:	2016

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci Motivace žáků na 2. stupni k pohybovým aktivitám a sportu vypracovala samostatně s použitím uvedených zdrojů.

Prohlašuji, že odevzdaná elektronická verze diplomové práce je identická s její tištěnou podobou.

Místo vypracování

Úplné datum

Vlastnoruční podpis

.....

Poděkování:

Ráda bych touto cestou vyjádřila poděkování vedoucímu práce Doc. PhDr. Jiřímu Hrabincovi, CSc., za jeho čas, ochotu, připomínky a cenné rady, které mi v průběhu psaní diplomové práce poskytl. Velký dík patří mé matce, která mě pomohla svými připomínkami a pravopisnou kontrolou v práci. Mnohokrát ji děkuji za bezmeznou trpělivost a pomoc během celého studia.

Abstrakt :

Ve své diplomové práci se budu zabývat tím, jaká je motivace žáků 2. stupně základních škol, kteří nesportují, a žáků, kteří jsou aktivními členy sportovních klubů, k pohybovým aktivitám a sportu. Obě skupiny porovnáám a zjistím, jaké jsou zdroje jejich motivace, jak ji eventuálně ovlivňovat a na čem závisí jejich výběr sportovního odvětví, kterému se chtějí věnovat. V teoretické části budu popisovat vliv motivace na pubescenty. Dále se budu pojednávat o tom, jaký má význam pohybová aktivita v životě člověka. V praktické části se budu pomocí dotazníků a interview zabývat podněty, které ovlivňují žáky při jejich výběru sportovního zaměření a pohybové aktivity.

Klíčová slova:

motivace, žáci 2. stupně ZŠ, pohybové aktivity, sport, volný čas

Abstract:

The topic of my diploma thesis is the motivation of the pupils at the secondary school. I focus on the two groups of the pupils. First group is the pupils who don't practice any sports and what is their relationship to physical activities and sports. The second group is the students who are active members of sports clubs and their relationship to sports. I will compare both student's groups and try to find what are the sources of their motivation, how to influence the motivation and what exactly determines their choice of sport. I will describe the influence of motivation in the theoretical part of my thesis. Later I will deal with the importance of the physical activities during the human life span. I will deal with the stimuli which affect the students in the selecting their sporting focus and activities via questionnaire in the practical part of the diploma thesis.

Key words:

motivation, secondary schools, physical activities, sport, leisure time

Obsah:

1	ÚVOD.....	8
2	PROBLÉM A CÍL.....	10
3	TEORETICKÁ ČÁST.....	11
3.1	Motivace.....	11
3.1.1	Teorie motivace.....	12
3.1.2	Motivace žáka.....	12
3.1.3	Potřeba.....	13
3.1.4	Motivace k učení a pohybu.....	14
3.2	Období staršího školního věku.....	15
3.2.1	Charakteristika.....	15
3.2.2	Ontogeneze staršího školního dítěte.....	15
3.2.3	Psychický vývoj staršího školního dítěte.....	16
3.2.4	Zájmová činnost staršího školního dítěte.....	16
3.3	Význam pohybové aktivity v životě člověka.....	17
3.3.1	Pohybová aktivita.....	17
3.3.2	Životní styl.....	17
3.3.3	Potřeba pohybu v období staršího školního věku.....	18
3.3.4	Podpora pohybové aktivity.....	18
3.4	Sport a školní tělesná výchova.....	19
3.4.1	Školní tělesná výchova.....	19
3.4.2	Sport.....	19
3.4.3	Faktory ovlivňující výběr sportu.....	20
3.4.4	Sportovní kluby a oddíly v Jaroměři.....	21
3.4.5	Instituce organizující zájmovou činnost.....	22
3.4.6	Školní zájmové kroužky v Jaroměři.....	22
4	HYPOTÉZY.....	25
5	METODY A POSTUP PRÁCE.....	26
5.1	Dotazník.....	26
5.2	Interview.....	26
6	VÝZKUMNÁ ČÁST.....	27
6.1	Popis výzkumu.....	27
6.2	Výsledky výzkumu.....	28
6.3	Dotazník.....	28
6.4	Interview.....	53
6.4.1	Nesportující žáci.....	53
6.4.2	Pravidelně sportující žáci.....	55

6.4.3 Učitelé tělesné výchovy	55
7 DISKUSE	58
7.1 Porovnání výsledků šetření s hypotézami.....	60
8 ZÁVĚRY	62
9 POUŽITÉ ZDROJE	64
9.1 Internetové zdroje.....	65
9.2 Ostatní.....	66
10 PŘÍLOHY	67
10.1 Příloha č. 1 - dotazník pro všechny žáky	67
10.2 Příloha č. 2 – interview s vybranými nesportující žáky.....	71
10.3 Příloha č. 3 – Interview s vybranými žáky, kteří min. 2x týdně trénují	73
10.4 Příloha č. 4 - interview s učiteli tělesné výchovy	74

1 ÚVOD

„Mají-li se dát lidé do pohybu, musíte dát hlas jejich nejhlubším touhám, inspirovat je, aby uvěřili, že dokáží slézat hory, o kterých panuje názor, že jsou příliš vysoké.“

David Gergen

Ve své diplomové práci jsem se zaměřila na pohybovou aktivitu, která je projevem a nezbytnou součástí života. Je jedním z nejvýznamnějších faktorů ovlivňujících úroveň zdravého životního stylu, kvalitu života a zdraví. I přes zdánlivý zájem o sport je prokázáno, že v dnešní společnosti dochází ke snížení pohybu. Příčinou ale nejsou neodbytně jen nové technologie, které usnadňují lidem život. Snižují potřebu tělesné námahy a pohybu. Kvalitu lidského života ovlivňuje snížená pohybová aktivita, dochází také ke zvýšení psychického tlaku na člověka, který je často kompenzován zvýšeným příjmem potravy. Důsledkem je větší příjem nežli výdej, který zapříčiňuje různé civilizační choroby. Mnoho lidí vnímá sport pouze „super výkonově“. Sportovec „u televize“ je snad každý Čech. Důležité je naučit se vnímat pohyb ve smyslu pohody a radosti, nikoliv ve smyslu námahy a nepohodlí. Pohybem pomůžeme kompenzovat jednostranné zatížení, kterému je většina z nás v běžném životě vystavena. Hlavním cílem je naučit člověka vztahu a potřebě k pravidelnému pohybu, za pomoci správné motivace. Kdy jindy s touto výukou začít, než v útlém mládí a školním věku.

Motivace je velmi důležitá součást pohybových aktivit. Vzbuzení zájmu o pohyb je zásadní hlavně u dětí, pohyb by měl ovlivňovat jejich volný čas. Mnou prováděný výzkum se bude skládat ze dvou částí. V první části budou žákům na základních školách rozdány dotazníky, zabývající se otázkami, které se týkají pohybové aktivity ve škole i ve volném čase a motivačními faktory ovlivňujícími sportování dětí. Následující dva dotazníky budou zaměřeny na prozkoumání rozdílnosti motivace sportujících žáků a nesportujících. Pro ověření výsledků z dotazníku je zvolen ve druhé části rozhovor s vybranými učiteli, kteří učí v těchto třídách.

Výběr tohoto tématu má svůj význam. V současné době stále více dětí nesportuje a tráví svůj volný čas spíše pasivně. Domnívám se, že jeden z důvodů je neinformovanost o možnostech pohybových aktivit ve školách i mimo ně. V některých

případech i úplná absence školních zájmových kroužků při dané škole. Myslím si, že jednou z příčin je malá nebo nesprávná motivace v hodinách tělesné výchovy. Jejím hlavním úkolem by mělo být povzbuzení žáků ke cvičení jako takovému a dalším pohybovým činnostem ve volném čase dítěte.

2 PROBLÉM A CÍL

V současné době můžeme ve společnosti vidět dva trendy týkající se pohybové aktivity. Na jedné straně sportující děti, které se snaží prvotně o maximální výkon. Na straně druhé, děti, které nemají žádný vztah ke sportu a nikam nedochází. Tato propast se pomalu zvětšuje a mizí pouhá radost z pohybu.

Cílem mé práce je zjistit, jaké faktory ovlivnily žáky při výběru jejich sportu a jiných pohybových aktivit. Jakou roli při tomto výběru sehrála školní tělesná výchova. U nesportujících žáků zjistit důvody jejich nezájmu o sport. V mé práci budu zjišťovat, jaké možnosti pohybové aktivity nabízí ZŠ. Jakou mají roli pohybové aktivity na školách při výběru sportovních klubů a jiných pohybových zařízení. Pro výzkum jsem si vybrala žáky 2. stupně v Jaroměři.

1. Zjistit, jaké je zastoupení pravidelně sportujících žáků vůči nesportujícím na 2. stupni na třech vybraných ZŠ.
2. Zjistit kolik času žáci věnují pohybové aktivitě ve volném čase.
3. Zjistit, jaké faktory ovlivnily žáky při výběru jejich pohybových aktivit a sportu.
4. Zjistit roli motivace ve školní tělesné výchově a další faktory ovlivňující výběr sportovní aktivity žáků.
5. Zjistit důvody, proč nesportující žáci nechodí do žádných sportovních klubů ani do jiných pohybových zařízení.
6. Zjistit, zda volnočasové aktivity nabízené ZŠ mají vliv na další pohybovou činnost žáků.

3 TEORETICKÁ ČÁST

3.1 Motivace

Jan Čáp ve své knize Psychologie pro učitele vymezuje pojem motivace jako „*Souhrn hybných činitelů v činnostech, v učení a v osobnosti. Přitom hybným činitelem míníme takové skutečnosti, které jedince podněcují, podporují, nebo naopak tlumí, aby něco konal nebo nekonal.*“ (ČÁP, J. Psychologie pro učitele, str. 66)

Podle Říčana: „*Motiv je jakýkoliv vnitřní činitel, který člověka nebo jiný organismus vede k aktivitě. Motivem činnosti často bývá dosažení určitého stavu, který subjekt zná ze zkušenosti. Veškeré jednání je vedeno snahou dosahovat v co nejvyšší míře a intenzitě příjemných pocitů.*“ [19. 286 s.]

P. TH. Young (1961) vnímá pojem motivace ve smyslu: „*Motivace je proces aktivace chování, udržování aktivity a řízení vzorce aktivity*“.[24.23 s.]Definice obsahuje 3 významy. Jednak aktivaci motivace, zaměření člověka na svůj cíl a udržení aktivity po nezbytně dlouhou dobu. [14. 195 s.)

Děti stráví mnoho let ve škole a ta se stává jedním z hlavních vlivů, vedoucí k pohybovým aktivitám, hned po rodině. Absence motivace bývá důvodem podání sníženého výkonu žáků. Jejich výkony jsou pak nižší, než jejich možnosti. Práce s motivací u dětí je velmi těžkým úkolem nejen pro učitele, ale také pro trenéry a samotné rodiče. [8.]

Motivací se podrobně zabývá obecná psychologie. „*Motivace je souhrnné označení pro motiv a jeho působení*“. [19. 96 s.] Proto musíme nejdříve definovat slovo motiv. Slovo motiv, je převzato z latiny a v překladu znamená pohyb. Můžeme říci, že motiv je hybná síla, uvádí věci do pohybu. Nejedná se pouze o fyziologický pohyb jako takový, ale může být chápán ve smyslu pohybu myšlenek, představ, přání, atd. Obecně lze říci, že motiv je pohnutkou uvádějící do pohybu jakoukoli činnost či předmět. Je to zážitek nebo to může být způsob jednání, který přináší uspokojení. Motivace chování člověka vychází z vnitřní pohnutky (potřeby člověka) a hlavně z vnějšího popudu.

Předmětem motivace jsou určité prostředky, které nám napomáhají k dosažení každého cíle. Tyto prostředky mohou i nemusí být hmatatelné. [14. 197 s.]

3.1.1 Teorie motivace

Mezi základní psychologické teorie motivace patří:

1. Teorie hedonistické – člověk je motivován úsilím o dosažení pocitu libosti, případně vyhnutí nelibosti
2. Teorie kognitivistické – člověk směřuje k shromažďování informací, na jejichž základně se rozhoduje
3. Teorie homeostatické – motivaci lidského chování vidí v dosažení stavu rovnováhy.
4. Teorie nehomeostatické – základním principem je potřeba aktivity, narušující stav rovnováhy. [17.]

Motivace není jednoznačným pojmem. Neexistuje jednoznačná odpověď, jak motivovat jedince. Ale v jednotlivých teoriích jsou různé užitečné modely a úlohy. Behaviorismus odkazuje na vnější motivaci a to působením podnětu (stimulu) na organismus, který reguluje. Jsou popsány vztahy mezi podnětem a odezvou, která je reakcí na podnět. Behavioristé napomohli učení v popsání mechanismu zpevnění. Tento směr odhaluje stimuly, učení a reakce organismu. Sigmund Freud ve své hlubinné psychologii mluví více o zpracování podnětů organismem neboli osobností člověka. Motivací se nejvíce zabývala humanistická psychologie. Osobnost chápou jako něco, co reálně existuje, tudíž jí přisoudili řadu potřeb, jako je touha po vlastním rozvoji a seberealizaci. Téma motivace bylo klíčové po druhé světové válce. V této době se o něj zajímalo mnoho psychologů, kteří vytvořili svá světoznámá díla, jako například A. H. Maslowova pyramida potřeb, Herzbergova motivace v práci, Adamsův článek o teorii rovnosti a mnoho dalších. [17.]

3.1.2 Motivace žáka

Při optimálním motivování žáků, je zapotřebí spolehlivě diagnostikovat jejich hlavní potřeby. Tento úkol je těžký nejen pro učitele, ale také pro rodiče, trenéry a ostatní, kteří se podílejí na motivaci dítěte. Pro diagnostiku ve škole se nejčastěji využívá metody pozorování, ale také různé zájmové dotazníky. Motivace ve vyučování je prostředek, který zvyšuje snahu v učební činnosti žáků. Ale také je cílem ve výchovně vzdělávacím působení školy. Pro žáka jsou důležité tři základní potřeby. Poznávací potřeba, kdy dochází k poznání a získání nových poznatků. V případě sociální potřeby jsou důležité sociální vztahy v činnosti. Ve výkonové potřebě je důležitá úroveň obtížnosti

úkolů, které jsou v činnosti požadované. Pro učitele je důležité zjistit, jaká potřeba je u jednotlivých žáků dominující, případně jde-li o vyrovnanou souhru několika nebo všech výše jmenovaných potřeb. Při motivování žáků dochází k navozování podmínek vědomě, kdy učitel navodí vhodné podmínky, tak i nevědomě. Motivace nemusí být vždy pozitivní, ale může se stát, že žák je motivován v některých případech negativně. Může se stát, že při negativní motivaci může dojít k nechuti k učební činnosti. Za nejvýznamnější zdroj této motivace ve škole je frustrace potřeb žáků. Ačkoliv malá frustrace může vést pozitivně ke zvýšení aktivity, ve snaze frustraci uspokojit. Za nejtýpčtější projev frustrace ve škole se považuje nuda a následně strach. Důležitým procesem v motivaci žáků je správné stanovení cílů. Cíle by měly mít adekvátní obsah, ale také úroveň obtížnosti. Úroveň požadavků, které učitel klade na žáky, utvářejí jejich individuální cíle. Poruchy při stanovování cílů mohou vznikat při neadekvátních požadavcích na žáka.[9.26-31 s.]

3.1.3 Potřeba

Potřeby jako základní vnitřní činitelé zaměřenosti osoby se nejrůzněji propojují s vnějšími popudy. Vnitřní potřeby s vnějšími pohnutkami jsou vzájemně provázané vztahy, které označujeme za motivaci. [8. 118 s.]

Psychologický význam pojmu „potřeba“ vyjadřuje stav nějakého nedostatku v biologickém a sociokulturním bytí člověka. Potřeby jsou prožívány jako specifické pocity. Některé fyziologické potřeby mají psychickou odezvu. [13. 162 s.]

Teorie potřeb umožňuje pochopit pohnutky lidského chování. V roce 1943 byla vytvořena Maslowova hierarchická teorie potřeb. Člověk má podle této teorie pět základních potřeb. Alespoň jejich menší uspokojení je podmínkou pro vznik vývojově vyšších potřeb, ne vždy bezvýhradně. Maslow považuje za nejvyšší potřebu seberealizace, kdy člověk potřebuje realizovat svůj potenciál, tvořivost a produkce. Druhou potřebou je sebeocenění, uznání a úcta. Třetí potřebou láska a přijetí. Přijetí ve smyslu druhými, lásky a přátelství. Čtvrtou potřebou bezpečí, jistota a ochrana. A pátou, tedy poslední, jsou biologické potřeby např. potrava, spánek, sex atd.[4. 161 s.] [14.]

V motivaci rozdělujeme základní tři potřeby. Potřeba poznání se rozvíjí a uspokojuje v učební činnosti pomocí získání nových poznatků a řešení problémů. Od dětství se rozvíjí také sociální potřeby na základě přítomnosti ostatních jedinců. V prvním případě se začíná u dítěte rozvíjet potřeba pozitivních vztahů (afiliace) a poté potřeba sociálního vlivu. Určují sociální interakci žáka a jsou silnou vnější motivací v jeho učební

činnosti. Třetí základní potřebou v motivaci je potřeba výkonu. Základem je potřeba úspěšného výkonu a potřeba vyhnoutí se neúspěchu. Úspěšný výkon vzniká časným, ale přiměřeným požadavkem na dítě a povzbuzením k samostatnosti při výkonu. [9.]

3.1.4 Motivace k učení a pohybu

Motivace a zájem jsou základem v učení a pohybu. U žáků způsobují rozmanité dílčí potřeby. Mezi potřeby nepatří pouze poznávací a estetické, ale také potřeba činnosti, společenského styku, potřeba výkonu nebo společenského uznání.[1.]

Motivace k učení se rozlišuje na vnitřní a vnější. Vnitřní motivace jsou motivy spjaté přímo s příslušným předmětem. Patří sem například zvědavost nebo radost z pohybu. Mezi vnější motivaci patří dílčí motivy spojující předmět a učební činnost. Může to být odměna, pochvala, trest, ale i prestiž. Je mnoho motivů a potřeb, které jsou zahrnuty v motivaci. Existuje mnoho vnějších pobídek, které záměrně formují a vychovávají k učení a pohybu. Mezi tyto pobídky patří třeba novost situace, předmětu nebo činnosti. Zvědavost žáků v hodinách tělesné výchovy je upoutána změnou činnosti, novým prostředím, pomůckami, náradím, ale také osobností učitele. Motivem pro žáka je i činnost a uspokojení z ní. Velmi častou učební činností je hra, která je uzpůsobena věku, pohlaví, zkušenostech a sociální skupině. Motivační je také úspěch v činnosti. Žáci mají radost ze samotného pohybu, ale také z toho, že se jim výsledek podařil. Úspěch umocňuje sebevědomí, jistotu a také citový stav příznivý pro výkon, při níž stoupá motivace pro tu činnost, která vedla k úspěchu. Pro úspěch je velmi důležitá náročnost úkolů. Důležitým faktorem v motivaci jsou sociální momenty, které působí v hodnocení společné činnosti, ale i v soutěžení. Silně působí kladné hodnocení předmětu nebo nějakého sportu referenční skupinou, což jsou například žákovi kamarádi. Soutěžení, ne jen v období mladšího školního věku, je silnou motivací. Vytváří momenty úspěchu i neúspěchu, tím pádem i příznivé a nepříznivé působení. Nepříznivé zvláště, když dochází k soustavě neúspěchů, kdy může dojít až k frustraci a ztrátě jistoty. U motivace je velmi důležitý vývoj, ve kterém existují dvě stádia: počáteční a trvalejší (hlubší) motivace. Všeobecně nastolení počáteční motivace k učení je velmi jednoduché. Všechny výše uvedené činitele, například novost situace, podněcuje žáky. K hlubší motivaci je obtížnější žáky přimět. Prohlubuje se, když mají žáci zájem o určitou činnost tím, že dochází k uspokojení z výsledků, z úspěchu, společenského hodnocení a pomocí své zkušenosti se přesvědčují o jeho životním významu. [1. 159-166 s.]

Potřeba pohybu vzniká už od útlého dětství. V pohybové aktivitě je pohyb základem a za určitých podmínek přivádí žáky ke sportovní činnosti. Důležitý pojem, který souvisí s motivací k pohybu, je zájem. Pro jednotlivce je zájem velice individuální z pohledu intenzity, hloubky a trvalosti. Jak vzbuzovat zájem žáků k pohybové aktivitě je předmětem zkoumání mnoha pedagogů, psychologů a dalších odborníků. [23, 230 s.]

Motivace ke sportu mají své fáze, které začínají u malých dětí. Nejdříve u nich dochází k výběru pohybových činností. Potřebují motivy, které jsou žádoucí pro tento věk. Jsou to primární potřeby, potřeby pohybu, vzrušení, potřeba napodobení atd. U dětí staršího školního věku a u dospělých jsou motivy jiné a to hlavně motivy zdravotní, estetické a rekreační. [23. 230 s.]

Velkou úlohou motivace k pohybu a následně ke sportu jsou okolnosti, které děti ovlivňují. Jsou to například sportoviště, blízkost bydliště, slavné sporty, sportovci, zájmy blízkých lidí, ale také tělesná výchova ve škole. Vliv mají i osobní vztahy k osobám, kterých se daný sport týká, například učitel tělesné výchovy, trenér. [11. 222 s.]

3.2 Období staršího školního věku

3.2.1 Charakteristika

Toto období patří k jednomu z nejdynamičtějších v lidském životě. K největším změnám dochází po stránce biologické, psychické a hlavně pohlavní. Časově se vymezuje 10. až 11. rokem jako dolní hranicí a 14. až 15. rokem jako horní hranicí. Dochází k větším metabolickým změnám, které zapříčiňují zvýšený příjem potravy. Začínají se ukazovat větší rozdíly u vývoje pohlavních znaků. Vývoj u obou pohlaví je jiný. U dívek se vytvářejí známky dospívání v průměru okolo deseti let, u chlapců až kolem dvanáctého roku života. [12. 269s.] [10.] [15.]

3.2.2 Ontogeneze staršího školního dítěte

Toto období se často nazývá obdobím pohlavního dospívání (puberta). Puberta je charakteristická biologickými a fyziologickými změnami organismu. Je vyvolávána hormonálními změnami. Dochází ke zvýšenému vylučování pohlavních hormonů- estrogenu a testosteronu. Z pohledu fyziologického vývoje dochází u jedinců k rychlejšímu tělesnému růstu. Tím dochází k prodloužení kostí a špatné koordinaci pohybu. Pro pubertu je charakteristické přibývání tuku u dívek a rozvoji kostry a svalstva u

chlapců. Nesmíme zapomenout ani na jedinečnost zrání a růstu, které jsou individuální. V tomto období se také ukazuje dědičný vliv somatotypu.[10.]

3.2.3 Psychický vývoj staršího školního dítěte

Jeho sociální a citová oblast se obohacuje, dítě začíná přemýšlet o problémech, které mu byly dříve cizí. Proniká více do podstaty života. Vnímání pubescenta v poměru k okolí je diferencovanější, jasnější a kritičtější. Na druhé straně se zvyšuje jeho sebevědomí, dochází ke kvalitativní změně v sociální interakci a prohlubují se poznávací, učební a zájmové činnosti. Pozornost se u pubescentů na konci tohoto období blíží k úrovni dospělé populace. V průběhu puberty ji ovlivňuje celková nestabilita, rozmanitost zájmů a citová stránka. Kvalita zapamatování je u pubescentů nejintenzivnější v oblasti jejich zájmů. Proto by mělo být učení založeno na bohatých a především hlubokých zájmech dětí. Neposledně různé zájmové kroužky pomáhají k rozvíjení a utváření fantazie. [10.]

3.2.4 Zájmová činnost staršího školního dítěte

Ke změnám dochází u pubescenta i v oblasti zájmové. Rozsah a charakter zájmu je dán vztahem k dospělým, přínosem v poznávání, změnou sociálních pozic v rodině a škole, novými sociálními vztahy mezi vrstevníky. Zájmy o hry a sporty jsou u pubescentů velmi silné a to hlavně u chlapců. Většina sportujících v tomto věku se mu věnuje s velkým zaujetím. Sportovní zájmy je ale dobré usměrňovat. Je žádoucí, aby se každé dítě v tomto věku věnovalo nějakému sportu a zbavovalo se překypující energie, přestože často přeceňuje své síly. Při cvičení a sportech se musí dávat pozor na jednostrannost, vyčerpanost a přetěžování organismu. Velmi důležitým cílem je všestranný tělesný vývoj a vyhnutí se předčasnému zájmu o jeden druh sportu. Ten zapříčiňuje chronickou únavu, bolesti šlach, zmenšení výkonnosti i pokles například psychické činnosti. Naopak společné hry a cvičení podporují dítě zbavit se nejistoty a ostýchavosti z druhého pohlaví a napomáhá k přátelství. [10.]

3.3 Význam pohybové aktivity v životě člověka

3.3.1 Pohybová aktivita

Z hlediska energetického výdeje lze pohybová aktivita charakterizovat jako tělesný pohyb zabezpečený kosterním svalstvem, který vede ke zvýšení energetického výdeje. Pohybová aktivita tvoří 15- 40 % z celkového energetického výdeje. [5.] [21.]

Pohybová aktivita je jedním z nejvýznamnějších faktorů, kterými posuzujeme úroveň zdravého životního stylu, kvality života a zdraví. Necvičení a sedavý způsob života jsou příčinou k mnoha zdravotním potížím napříč všem generacím. Pro život člověka je pohybová aktivita stejně důležitá jako dostatek jídla, pití a spánku. Sport a pohybová aktivita jsou neodmyslitelnou součástí životního stylu. [5.] [21.]

V dnešní době je častým problémem zanedbání pohybové aktivity, která zapříčiňuje hypokinezi a jiné nemoci a omezení, což negativně ovlivňuje zdravotní stav a pokles fyzické zdatnosti už od raného dětství. Při nízké pohybové aktivitě dochází ke ztrátě funkční kapacity organismu a v dospělém věku často k předčasnému úmrtí. Výkonnost a její rozvoj je důležité rozvíjet už v dětství, je podstatnou součástí života v dalších vývojových stádiích, pochopitelně i v dospělosti. Dochází k pevnosti kostí a funkčnosti svalového aparátu. Napomáhá k udržení optimální tělesné hmotnosti. Nejlepším obdobím pro tento rozvoj je období puberty, ve kterém dochází k významnému tělesnému a duševnímu dospívání. Je žádoucí, aby byl kladen důraz na všestranný tělesný rozvoj. Učení děti k pohybové aktivitě už od útlého věku, příznivě napomáhá k ovlivnění realizace pohybu i v dospělosti. Nesmíme zapomínat na hlavní faktory, které ovlivňují pohybovou aktivitu, jako pozitivní motivace, dobrovolnost, spokojenost z pohybu. O zdraví a pohybovou aktivitu usilují školní tělesné výchovy, které mají za cíl utvořit pozitivní vztah žáků a studentů k pravidelné a celoživotní pohybové aktivitě. Napomáhají jim k tomu pestré organizační a didaktické formy, které rozvíjí všestranný pohyb. [5. 129-130 s.] [21.]

3.3.2 Životní styl

Životní styl velmi ovlivňuje zdravotní stav jedince. Důležitou oblastí je jeho objem, obsah, intenzita a frekvence pohybových činností. Jedná se o pohybové činnosti, které se objevují ve všech oblastech našeho života. Napomáhají člověku ke zdatnosti, výkonnosti a zdraví. Technické pokroky se zlepšují a vyvíjejí. To zapříčiňuje zvýšení životní úrovně a rozmanité využití volného času, kde by neměla chybět pohybová aktivita. Větší tělesné námahy a pohybu obvykle postupně v životě člověka ubývá. K tomuto snižování dochází velmi často z důvodu moderní techniky (jezdící schody, výtahy,

automobil) a to nejen v zaměstnání, ale také při trávení volného času. Stále přibývá více práce, které vyžadují sedavé zaměstnání a mají špatný dopad na zdraví člověka. Lidé by proto měli více kompenzovat tento způsob zaměstnání ve svém volném čase, do kterého by měli zapojit co nejvíce pohybových aktivit. [5. 129-130 s.]

3.3.3 Potřeba pohybu v období staršího školního věku

V tomto období probíhá změna ve složení těla. U chlapců dochází k nárůstu svalové hmoty a u dívek se zvyšuje procento tělesného tuku. V tomto období se projevují rozdíly mezi oběma pohlavími. Sportovní výkonnost je u těchto dětí vyšší, udržují si kloubní pohyblivost a pružnost. Zvládají různé dovednosti, které jim umožňují vykonávat různé sporty, tance, gymnastické cviky a různé aktivity v přírodě. Umí se vyznat v různých taktikách ve sportovních hrách. Objevují se ale i děti s nedostatečnou pohybovou aktivitou a chybějícími pohybovými vzorci, kdy často trpí obezitou. Jejím důsledkem je špatné nebo žádné uplatnění ve sportovních aktivitách. V dnešní době se čím dál více prohlubuje propast mezi tělesnou výchovou a mimoškolní nebo školní činností po vyučování. Ve volném čase si stále méně dětí vybírá pohybovou aktivitu. Děti staršího školního období by měly cvičit minimálně 30 minut denně. Je dokázáno, že děti méně sportují o víkendech, než ve všedních dnech. Velkým problémem dnešní doby je trávení volna u počítače a televize. Více než 3 hodiny denně u počítače prosedí přes 20 % dětí. Je potřebné nastavit v tomto období jasná pravidla a mantinely, aby děti mohly trávit plnohodnotně svůj volný čas. Program by měl být uzpůsoben prvotně věku dítěte a jeho zájmům. [16. 48 s.]

3.3.4 Podpora pohybové aktivity

Problematicke podpory pohybové aktivity je věnována stále větší pozornost. Velký důraz je kladen na systémovou aktivitu, která je zakotvena například v oblasti zdravotnictví a školství. Cílem podpory zdraví je využití odborných znalostí z medicíny a sportu, které ovlivňují pohybové aktivity a tím i zdravotní stav obyvatelstva. Podpora pohybové aktivity je zaměřena například na vzdělání společnosti, která informuje o významu a výhodách pohybu. Jedná se motivační akci pro odbornou, tak i laickou veřejnost ve formě letáků, brožur, odborných časopisů nebo internetu. Podpora aktivity je ovlivněna také vytvářením vhodných podmínek. Dochází ke zvýšení dostupnosti venkovního a vnitřního prostředí, ve kterém je možné vykonávat pohybovou aktivitu. Je to budování parků, otevření cyklostezek, přístupných hřišť, sportovních hal, sportovně

rekreačních areálů. Podporou zdravého životního stylu je i marketing s celonárodní působností projektů: Česko se hýbe, Hravě žij zdravě, Zdravá škola atd. Podpora pohybové aktivity dětí je závislá jak na rodině, tak i podpoře ve školách.[16. 85 s.]

3.4 Sport a školní tělesná výchova

3.4.1 Školní tělesná výchova

Tělesnou výchovu můžeme vnímat z pohledu pohybové aktivity, jak zmiňuje DOBRÝ, L. ČECHOVSKÁ, I. KRAČMAN, B. PSOTTA, R. SÜSS, V. ve své knize: Kinantropologie a pohybové aktivity. [3. 13 s.] *"...tělesná výchova je jediný školní předmět, který může mít přímý konkrétní dopad na zdraví mládeže a později i dospělé. Je klíčovým faktorem v podpoře a zvyšování pravidelné pohybové aktivity mládeže jako významného činitele primární zdravotní prevence."*

Školní tělesnou výchovu musíme chápat jako průřez jednotlivých sportovních odvětví, které si mohou žáci vyzkoušet a přimět je k dalším pohybovým aktivitám. Tělesná výchova se řídí podle školního vzdělávacího programu (ŠVP), který vychází z rámcového vzdělávacího programu (RVP). Obsah hodin tělesné výchovy primárně závisí na programu dané školy, která si výuku přizpůsobuje svým možnostem a preferencím. Tělesná výchova napomáhá k všestrannému rozvoji osobnosti. Je také jedním z prvních cvičení, které si mohou žáci vyzkoušet. Poznávají doposud neznámé sporty, seznamují se zde s pravidly a zásadami jednotlivých sportovních odvětví. Školní tělesná výchova motivačně přispívá k pravidelné pohybové aktivitě a jejímu dalšímu rozvíjení. Napomáhá jako zdravotní prevence u dětí a také později u dospělých.

3.4.2 Sport

Evropská charta sportu (MŠMT, 2002) vydala jeden ze základních a nejvýznamnějších dokumentů zabývajícím se sportem, který byl přijat v roce 1992. Vydává doporučení v oblasti tělesné výchovy a sportu, ve 2. článku je napsán pojem sport následovně:

„Sportem se rozumí všechny formy tělesné činnosti, které at' již prostřednictvím organizované účasti či nikoliv, si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné i psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních.“ [28.]

Definice kombinuje sport relaxační, výkonnostní a vrcholový jako formu provozování sportu. Není zde opomenuta ani psychická stránka jedince, kterou sport

ovlivňuje. Kombinace zmíněného rozvoje tělesné a psychické kondice připomíná pohybovou aktivitu ve starověkém Řecku a Římě, jako takzvaná kalokagathia, která dávala do souladu fyzickou a psychickou stránku člověka. [22. 178 s.]

Sport je prospěšný nejen pro tělesný rozvoj a zdatnost, ale také pro rozvoj osobnosti. Učí týmové práci a součinnosti, poctivé hře, nesobeckosti a může ovlivnit charakter člověka. Nesmím opomenout na radost většiny dětí ze sportu a prospěšnost v tělesném rozvoji. S měnící se strukturou zaměstnání a tím i růstem volného času se sport začal pokládat za něco, co je společensky prospěšné. Sport zpřijemňuje volný čas, poskytuje tělesné cvičení a tím napomáhá k rozvoji tělesnému a duševnímu zdraví. Co se sociální sféry týče, sport je prostředkem ke sdružování lidí a pomoci ke spolupráci a vzájemné podpoře. Jsou žáci, kteří nemají žádný vztah ani schopnosti pro sport a ve škole k němu často mívají odpor. Můžeme doufat, že v budoucnosti během školní docházky toto negativní zaujetí odpadne a začnou chápat pravý smysl, kterým je požitek jim samým ze sportu. [6. 57 s.]

3.4.3 Faktory ovlivňující výběr sportu

Provozování sportu je ovlivněno několika faktory. Tyto faktory můžeme rozdělit podle knihy Slepíčková [24. 111 s.] na vnější a vnitřní podmínky. Vnější podmínky zahrnují znalost sportu, postoj ke sportu, kontakt se sporty, motivace, oblíbenost sportu, přístupnost sportu, trávení volného času a neposledně náklady spojené se sportem. Mezi vnitřní podmínky patří pohlaví, věk, rodina, volný čas, zájem a finanční prostředky. Důležitým faktorem je motivace. Je chápána podle Průchy, Walterové, Mareše „*Chování jedince, jehož cílem je dosáhnout určitého výkonu, probíhá v několika fázích. 1. vzbuzují, aktivují, dodávají energii lidského jednání a prožívání 2. Zaměřují toto jednání a prožívání určitým směrem 3. Řídí jeho průběh, způsob dosahování výsledků 4. Ovlivňují též způsob reagování jedince na své jednání a prožívání, jeho vztahy k ostatním lidem a ke světu.*“ [18.]

Aby děti mohly provozovat různé pohybové aktivity i mimo vyučování, využívají k tomu volný čas, jejíž obsah vychází z jejich potřeb. Zmíněný autor Slepíčková definuje volný čas takto: „*Volný čas lze v souhrnu definovat jako dobu, časový prostor, v němž jedinec nemá žádné povinnosti vůči sobě ani druhým lidem a v němž se pouze na základě svého vlastního svobodného rozhodnutí věnuje vybraným činnostem. Tyto činnosti ho baví, přinášejí mu radost a uspokojení, nikdy obavy či pocity úzkosti.*“ [24. 12 s.] Volný čas je důležitým faktorem ovlivňující možnost vykonávat sport.

Při výběru sportu je důležité individuální rozhodování, které je ovlivněno faktory uvedenými výše, ale také nabídkou jednotlivých sportů. Důležitou roli hraje tělesná výchova, která ukazuje během výuky možnosti a různost jednotlivých sportů a zároveň je seznamuje s jejich obsahem a pravidly.

3.4.4 Sportovní kluby a oddíly v Jaroměři

Sportovní klub je organizace, která má pod záštitou více sportů nebo více sportovních týmů. V odborné literatuře je pojato vymezení sportovního klubu Čáslavová takto: „*Sportovní kluby mohou vznikat na bázi ziskových či neziskových organizací. U ziskových organizací se jedná většinou o akciové společnosti nebo o společnosti s ručením omezeným. U neziskových organizací fungují především občanská sdružení nebo příspěvkové organizace*“ [2. 225 s.]

Kluby si stanovují různé cíle, primárním je sportovní, ale také může být ekonomický a sociální. Sportovním cílem je zviditelnění sportu, který klub provozuje. Patří sem například umístování jednotlivých družstev v soutěžích. Ekonomické cíle jsou potřeba pro zlepšení stabilizace chodu organizace. A neposledně do sociálních cílů patří kladné ovlivňování veřejnosti pomocí sportovních aktivit. Sportovní organizace si vytyčují strategie pro zvýšení popularity jejich sportu. Některé jí dosahují pomocí kvalitních trenérů, jiné naopak vytvořením atraktivního prostředí pro sport. [2.]

V Jaroměři je poměrně velké množství sportovních klubů a oddílů. Mezi nejznámější patří TJ Jiskra Jaroměř, HC Jaroměř a další.

Basketáři TJ Sokol Josefov- basketbalový oddíl

HC Jaroměř- hokejový oddíl

Horolezecký klub Tiba Jaroměř- horolezecký oddíl

Klub kuželkářů Josefov- kuželkářský oddíl

Lions club Jaroměř- boxerský oddíl

LTC Jaroměř- tenisový oddíl

OS EQUICENTRUM-Fassati- jezdecký oddíl

TJ Jiskra Jaroměř- fotbalový oddíl

TJ Jiskra Jaroměř- cyklistický oddíl

TS Flash- scénický tanec [29.]

3.4.5 Instituce organizující zájmovou činnost

Mimo školní zájmové kroužky a sportovní kluby existují specializované instituce, které se zabývají zájmovou činností. Některé instituce vznikly před mnoha lety, jiné v nedávné době. Asi nejznámější s bohatou minulostí je znovu obnovená Česká obec Sokolská. Mezi velmi oblíbené patří i Pionýrská organizace, která má široký a všestranný obsah činnosti. Zájem u dětí je také u Českého Junáka- Svazu skautů a skautek. Všechny tři uvedené organizace jsou v Jaroměři poměrně oblíbené. [4. 270 s.]

Pionýr- Pionýrská skupina Pohoda

Junák-český skaut

TJ Jiskra Jaroměř- fotbalový oddíl

TJ Jiskra Jaroměř- cyklistický oddíl

TJ SOKOL Jaroměř

TJ SOKOL Jaroměř- oddíl AIKIDO

TJ SOKOL Jaroměř- oddíl atletiky

TJ SOKOL Jaroměř- oddíl florbalu

TJ SOKOL Jaroměř- oddíl sportovní gymnastiky[29.]

3.4.6 Školní zájmové kroužky v Jaroměři

Zájmové vzdělávání je součástí procesu celoživotního vzdělávání. Je ukotveno v zákoně č.561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) a definováno v § 111 jako vzdělávání poskytující účastníkům naplnění volného času zájmovou činností se zaměřením na různé oblasti. Toto vzdělávání se koná ve školských zařízeních zájmového vzdělávání například středisku volného času, školních družinách, školních klubech atd. Napomáhá při kompenzaci jednostranné zátěže ve škole. Její funkcí je výchovná, vzdělávací, preventivní, kulturní a zdravotní stránka. Není to instituce výběrová, mohou sem chodit děti, žáci, mládež atd. bez ohledu na pohlaví, rasový působil, národnost, náboženství. [26.]

Tato střediska jsou školskými zařízeními, jejich úkolem je motivovat, podporovat a vést děti různého věku k rozvoji osobnosti a smysluplného využití volného času. Pro vedení těchto kroužků jsou kompetentní profesionální pedagogové v bezpečném zázemí. Střediska volného času se realizují ve více oblastech vzdělávání. Poskytují metodickou a odbornou pomoc. Fungují po celý školní rok a navíc i ve dnech, kdy

neprobíhá školní vyučování. Organizují se jednak pravidelné, ale mají i jednorázové aktivity, kurzy, tábory a jiné vzdělávací a rozvíjející akce. [26.]

Každé toto zařízení má zpracován svůj školní vzdělávací program, který je vázán na rámcový vzdělávací program, jež pomáhá naplňovat cíle rámcového vzdělávacího programu. Většina středisek volného času se zapojuje do různých regionálních, krajských, republikových, ale i evropských projektů. MŠMT uvádí na svých stránkách, že ve školním roce 2014/15 existovalo 312 středisek, kam docházelo 272 744 účastníků. Počet dětí, žáků, studentů, seniorů každoročně roste, během posledních pěti let o 7,7 %. [27.]

Školní zájmové pohybové kroužky na 2. Stupni

ZŠ Ostrov

Taneční kroužek Flash - Hlavním cílem je rozvoj mladých tanečníků, jejich větší propojení s tanečním světem, jako zdroj inspirace pro ně samotné. Základem je scénický tanec, který je obohacen o balet, gymnastiku a o různé typy tance. [30]

Zdravotní tělesná výchova – Cílem je příznivě ovlivňovat zdravotní oslabení, vybavit děti základními pohybovými dovednostmi a návyky, prohloubit znalosti o vlastním zdravotním oslabení. Informovat žáky o vhodných a nevhodných pohybových aktivitách. [30]

Workout (anglicky tělesné cvičení) - je aerobní cvičení pro rozvoj kardiovaskulární vytrvalosti, posilování s vlastním tělem. Formou kalanetiky, kruhového tréninku, TRX trenažerů, cvičením na fitballech, overballech si zlepšují silovou vytrvalost. Vše probíhá s hudbou a následnou kompenzací zatížených svalových skupin. [30]

Drak - Sportovní oddíl se zaměřením na výuku bojového umění ALLKAMPF-JITSU. Tento systém zahrnuje vybrané techniky z karate, juda, jiu-jitsu, aikido a dalších stylů. Možností je skládání zkoušek na technické stupně (páskování) a účast v soutěžích. [30]

ZŠ Boženy Němcové - nejsou žádné pohybové kroužky na 2. stupni [31]

ZŠ Josefov

Florbalový kroužek - Florbal je sport, který se u žáků a společnosti čím dál tím víc dostává do popředí zájmu. Žáci se během docházky na kroužek učí přihrávky, střelu na bránu, vedení míče, pravidla hry, ale také fair play při hře. [32.]

Badmintonový kroužek - Patří mezi netradiční sporty, při kterém se žáci naučí výbornému postřehu a to díky rychlosti hry. Současně si zvyšují i fyzickou kondici. Základem je děti naučit podání, pohyb na hřišti, různé kombinace a pravidla hry. [32.]

Samostatné instituce

Dům dětí a mládeže Klíč

Milíčův dům [29.]

4 HYPOTÉZY

Formulace výzkumného problému:

Hlavním významem práce je zkoumání motivace, jež ovlivňuje pohybovou aktivitu dětí. Pohyb v podobě her a sportování děti zažívají už v útlém věku. Dítě si vytváří návyky jednak na pravidelnost a množství pohybu, ale také vnímání radosti nebo nechutě vůči aktivitám. Jak vyplývá z teoretické části, žáci na 2. stupni ovlivňuje k pohybové aktivitě mnoho faktorů. Ať už z pohledu množství sportovního vyžití v okolí, oblíbenosti hodin tělesné výchovy nebo školou umožněné zájmové kroužky. Dítě vyrůstá v prostředí, které ho ovlivňuje v jeho jednání a soužití ať chceme nebo ne. Jednotlivé zvyky v rodině, ale také ve škole, okolí přátel se uchovávají i po celý život.

Na základě informační četby odborné literatury a osobní zkušenosti předpokládám:

- H1 Zastoupení pravidelně sportujících žáků bude 70 % - 80% ze všech dotazovaných za předpokladu, že sportují jednu nebo více hodin týdně.
- H2 Největší vliv na výběr sportu žáků mají rodiče, u kterých je daný sport oblíbený (60 %), dále kamarádi, tělesná výchova ve škole.
- H3 Předpokládám, že více než 70 % dotazovaných žáků baví tělesná výchova a zároveň je u nich oblíbená.
- H4 Pohybové kroužky na ZŠ mají vliv na sportování dětí mimo vyučování.
- H5 Předpokládám, že u pravidelně sportujících dětí bude vyšší procento sportujících rodičů, než u dětí, kteří nesportují.

5 METODY A POSTUP PRÁCE

Ve svém výzkumu jsem použila kvantitativní dotazníkovou metodu. Tento typ dotazníku jsem si vybrala proto, abych mohla co nejlépe ověřit své hypotézy, které jsem si stanovila na základě poznatků z teoretické části práce. Výzkum byl prováděn v jaroměřských školách v 8. a 9. ročnících.

5.1 Dotazník

Dotazník je jedním z nejčastějších způsobů metod práce. Zajišťuje pomocí písemného kladení otázek potřebné odpovědi. Dotazník je určen pro získání údajů od velkého počtu respondentů za poměrně krátkou dobu. Základem je správně stanovený cíl a k němu potřebné úlohy týkající se problému. [7. 99 s.]

5.2 Interview

Interview je metoda, která je kontaktní a prováděna nejčastěji tváří v tvář. Interview pomáhá zjišťovat fakta, ale také dokáže podle potřeby reagovat na odpovědi s možností proniknout do hloubky jednotlivých problémů. Při dotazování je důležitý první dojem mezi dotazovaným a tazatelem, který napomáhá k lepší atmosféře a navázání přátelského postoje. Interview je vybíráno pro svou bezprostřednost, volnost a pružnost. Negativní stránkou je naopak časová dotace. [7. 99 s.]

6 VÝZKUMNÁ ČÁST

6.1 Popis výzkumu

Výzkum byl prováděn na třech vybraných jaroměřských školách v rozmezí leden - únor 2016 v ZŠ v Josefově, ZŠ Boženy Němcové, ZŠ Na Ostrově. Dotazník vyplňovali žáci v 8. a 9. třídách. Na ZŠ Na Ostrově jsem osobně rozdala a dohlédla na vyplnění dotazníků. Na ZŠ Boženy Němcové a na ZŠ Josefov jsem předala dotazníky učitelům, kteří dotazníky ve třídách rozdali. V úvodu žáci našli potřebné instrukce, jak mají postupovat (viz příloha č. 1).

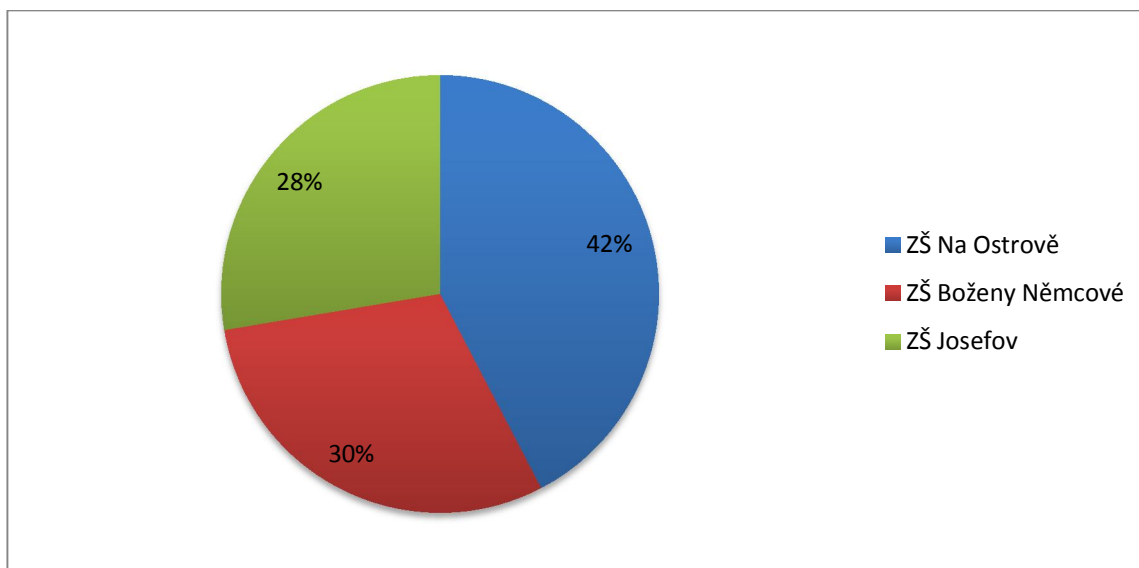
Po vyhodnocení a sečtení celkového počtu, který činil 170 dotazníků, jsem dospěla k výsledkům. Čtyři dotazníky od respondentů byly neplatné z důvodu neúplného vyplnění, čímž by došlo k možnému zkreslení výsledků.

Pro doplnění informací jsem provedla interview u dobrovolníků z výše jmenovaných tříd z řad sportujících a nesportujících žáků. Interview probíhalo po dvojicích. Celkem se této metody výzkumu zúčastnilo 6 nesportujících a 6 sportujících žáků. Protože jsou tito žáci nezletilí, nejdříve jsem si opatřila písemný souhlas školy s výzkumem (viz příloha č. 4), za účelem zpracování diplomové práce. Žáci se sami, dobrovolně, přihlásili k výzkumu. Na ověření nasbíraných informací jsem použila stejnou metodu interview i u čtyř učitelů TV, kteří učí v těchto třídách.

Pro lepší přehlednost uvádím, že výsledky dotazníku budu prolínat výsledky z interview v případě, že se budou těchto odpovědí bezprostředně týkat a budou je upřesňovat a obohacovat.

Název školy	Počet žáků	Počet žáků v procentech
ZŠ Na Ostrově	72	42 %
ZŠ Boženy Němcové	51	30%
ZŠ Josefov	47	28%

Tab. č. 1 Zastoupení počtu dotazovaných žáků na základních školách



Graf č. 1 Procentuální zastoupení respondentů na jednotlivých dotazovaných školách

V tabulce č. 1 a následně v grafu č. 1 je vidět početné i procentuální zastoupení dotazovaných žáků. Nejméně žáků vyplňovalo dotazník v ZŠ v Josefově (47), dále v ZŠ Boženy Němcové (51). Nejvíce dotazníků bylo vyplněno v ZŠ Na Ostrově (72), kde je více tříd ve vyšších ročnících.

6.2 Výsledky výzkumu

Odpovědi všech zúčastněných žáků jsem vyhodnotila pomocí výšečových a sloupcových grafů. Údaje jsou převedeny do procent a odpovědi vyhodnoceny v grafech. Rozhovor s vybranými studenty a učiteli byl zaznamenán do bloku. Pro rozšíření odpovědí nebo naopak vyvrácení tvrzení jsou použity odpovědi u jednotlivých otázek.

V druhé části výzkumu jsem se zabývala doplňujícími informacemi z interview, které slouží k prohloubení nasbíraných údajů k dotazníku.

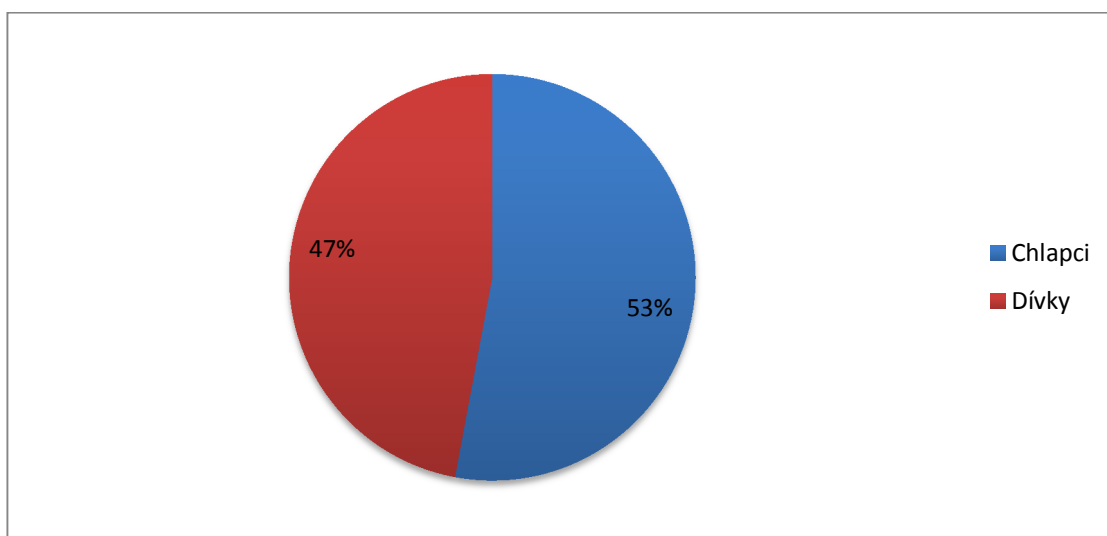
6.3 Dotazník

1) Jsem:

Škola	Počet chlapců	Počet chlapců v %	Počet dívek	Počet dívek v %
ZŠ Na Ostrově	38	45%	34	39%
ZŠ Boženy Němcové	25	26%	26	34%
ZŠ Josefov	27	29%	20	27%

Celkem	90	100%	80	100%
--------	----	------	----	------

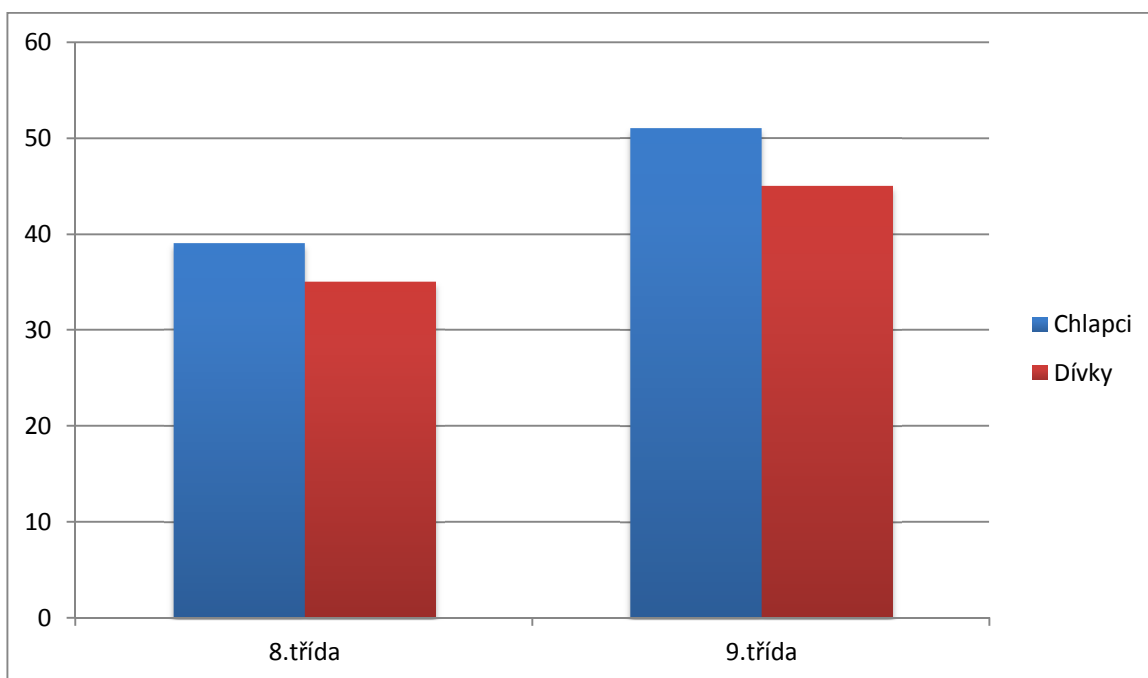
Tab. č. 2 Charakteristika sledovaného souboru podle pohlaví



Graf č. 2 Procentuální zastoupení z pohledu pohlaví

Z tabulky č. 2 je vidět procentuální zastoupení chlapců (53%) a dívek (47%) na jaroměřských školách, kteří se stali respondenty mého dotazníku. Všechny tři základní školy nejsou nijak specializované. Můžeme zde vidět přibližně stejný počet dotazovaných žáků i žákyň.

2) Chodím do:



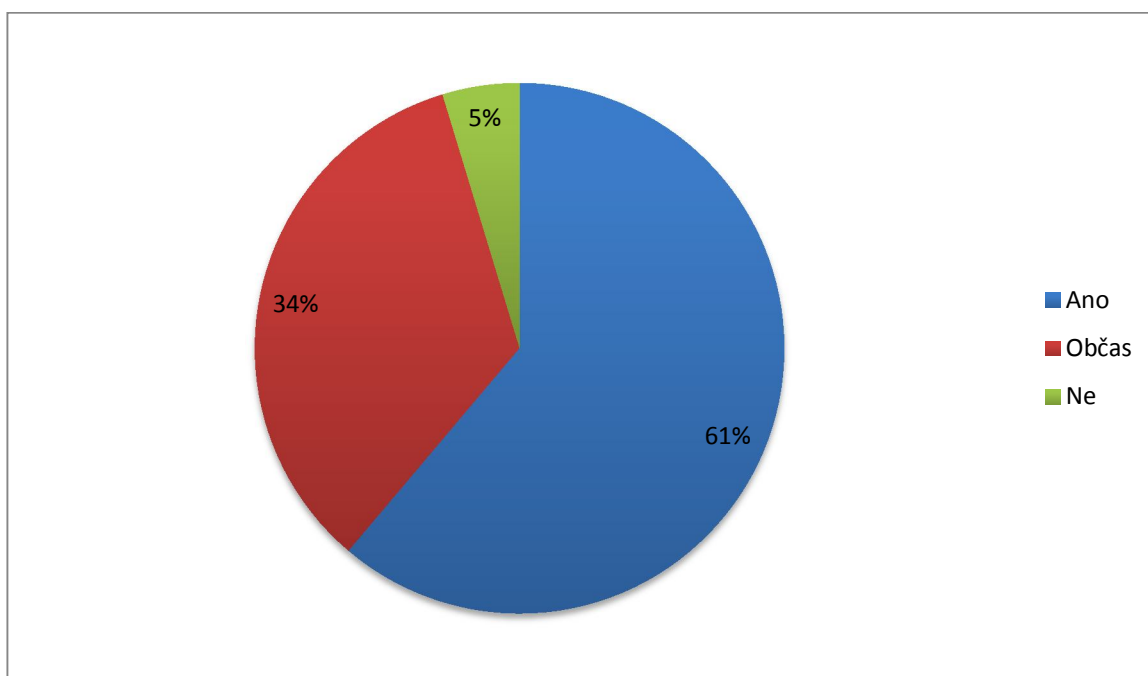
Graf č. 3. Počty žáků v jednotlivých ročnících

Vybraní respondenti chodí do 8. nebo 9. třídy. Věkové rozpětí je tedy mezi 13 - 15 lety. Počet žáků v 8. třídách (74) je méně, než v 9. třídách, protože na ZŠ Na Ostrově je více žáků v tomto ročníku.

3) Sportuješ rád?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	60	44	104	61%
Občas	26	32	58	34%
Ne	4	4	8	5%
Celkem	90	80	170	100%

Tab.č. 3 Obliby sportu



Graf č. 4 Zastoupení radosti ze sportu

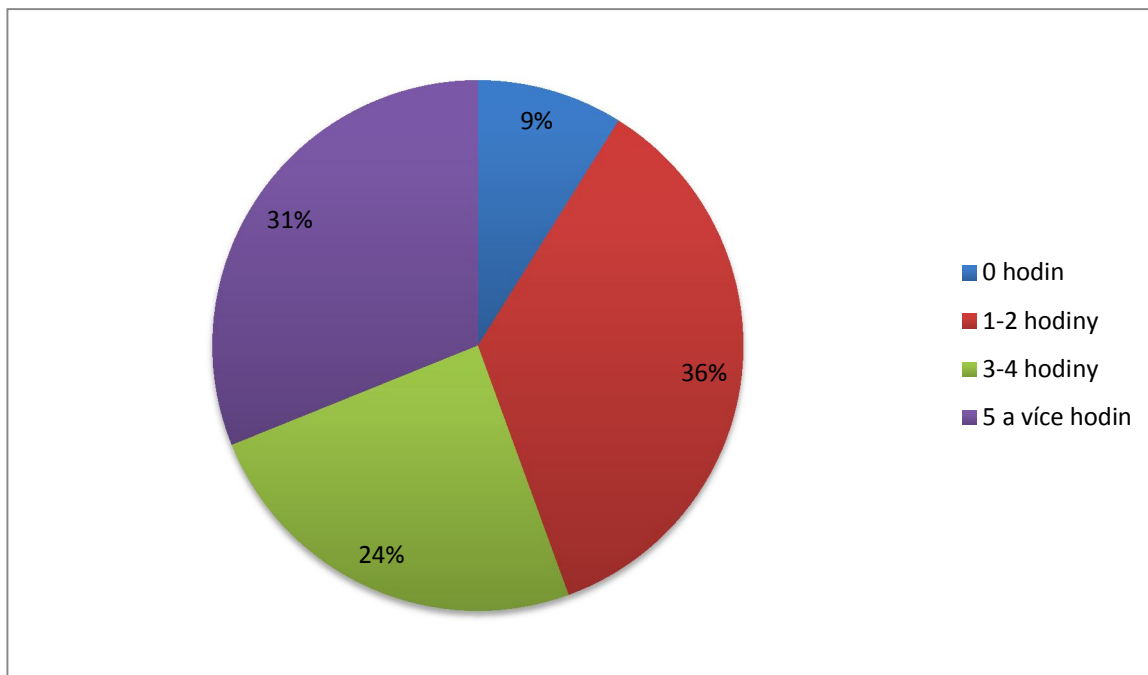
Otázka č. 3, zda žáci rádi sportují, se okrajově zabývá H1. Zda žáci rádi nebo neradi sportují, má vliv na pravidelnost sportování. Žák, kterého sportování nebaví, nebude pravidelně sportovní aktivitu vyhledávat. Podle grafu č. 4 můžeme vidět, že většina žáků ráda sportuje (61%). Ve 34 % jen občas rádi sportují a 5 % žáků ne. V tabulce č. 3 zjistíme také, že chlapci mají mnohem častěji odpověď „ano“, sportují rádi, než možnost „občas“. Přičemž u dívek rozdíl v odpovědi „ano“ a „občas“ není tak veliký. 5 % žáků odpovědělo, že nesportuje rádo. Faktory, které ovlivnily žákovo stanovisko, budou zjišťovány v dalších otázkách dotazníku.

V interview s nesportovci jsem se zabývala otázkami, týkajícími se absence sportu v jejich volném čase. Nejčastější odpovědi byly jiné zájmy, lenost, nebo že je sport nebaví. Mezi odpověďmi bylo i znechucení ke sportu kvůli trenérovi, který výrazně upřednostňoval lepší jedince.

4) Kolik hodin týdně sportuješ ve svém volném čase mimo vyučování?

	Chlapec	Dívka	Celkem	Celkem v %
0 hodin	12	4	16	9 %
1-2 hodiny	30	34	64	36 %
3-4 hodiny	18	26	44	24 %
5 a více hodin	30	16	46	31 %

Tab. č. 4 Kolik hodin týdně žáci sportují



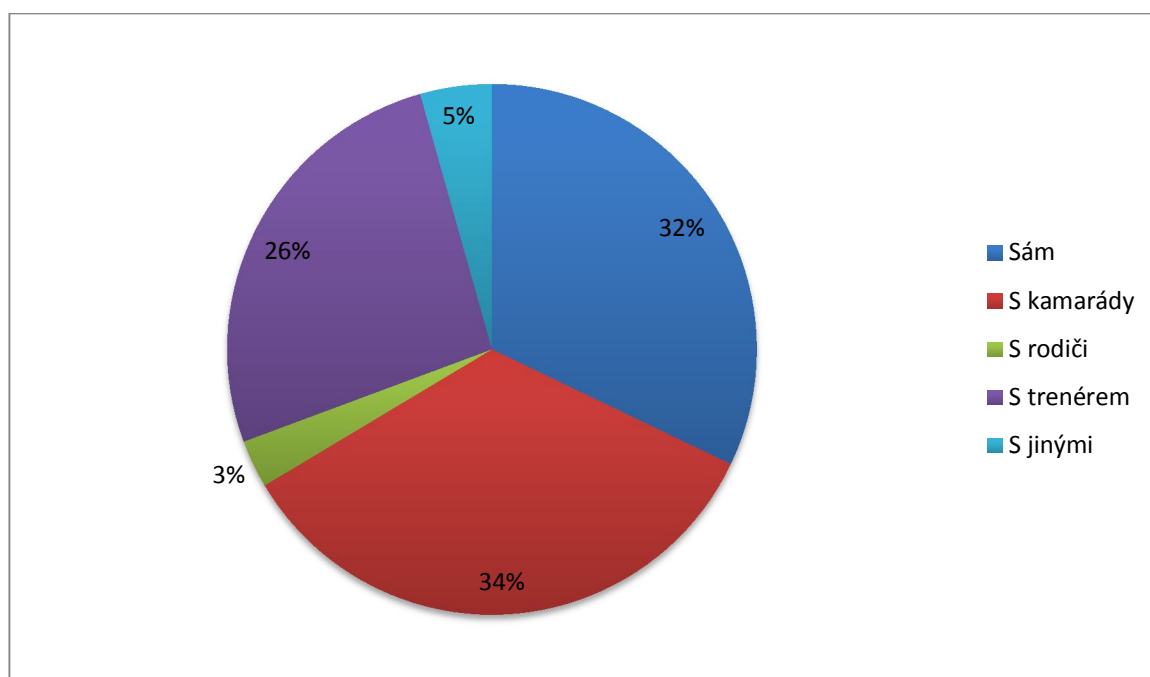
Graf č. 5 Množství hodin sportu v procentech

Tabulka č. 4 ukazuje množství hodin, které žáci věnují sportu ve svém volném čase mimo vyučování. Tato otázka odpovídá na H1. Nejvíce žáků základních škol v Jaroměři sportuje 1-2 hodiny týdně. Chlapci nejčastěji označili možnost 1-2 hodiny nebo 5 a více hodin týdně. Celkem 12 chlapců necvičí vůbec, což je poměrně vysoké číslo. Oproti tomu jen 4 dívky spadají do stejné kategorie tedy, že vůbec necvičí. Naopak dívky nejčastěji cvičí v průměru 1-2 hodiny týdně. Celkově 91% žáků sportuje pravidelně.

5) S kým sportuješ mimo vyučování?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Sám	36	52	88	32%
S kamarády	50	44	94	34%
S rodiči	6	2	8	3%
S trenérem klubu (oddíle)	46	26	72	26%
S jinými (není v nabídce)	0	12	12	5%

Tab. č. 5 S kým žáci sportují mimo vyučování



Graf č. 6 S kým žáci sportují mimo vyučování v procentech

Tato otázka žákům umožnila odpovědět jednu nebo více z uvedených odpovědí. Při zaměření se na konkrétní počty v odpovědích, můžeme zjistit, že chlapci nejčastěji sportují s kamarády (50) a velmi často s trenéry (46) v rámci tréninku. Děvčata upřednostňují sport o samotě (52), až poté následuje sport s kamarády (44).

Do kolonky „s jinými sportují“, kde mohli žáci odpovědět jiným způsobem, než jim bylo nabídnuto, většina dívek z počtu odpovědí (12) uvedla, že sportují se svými sourozenci. Toto tvrzení neuvedl nikdo z chlapců. Při sečtení celkového počtu respondentů nejčastěji žáci sportují s kamarády 34% a sami 32%. Nejméně žáci sportují s rodiči, pouze 3%.

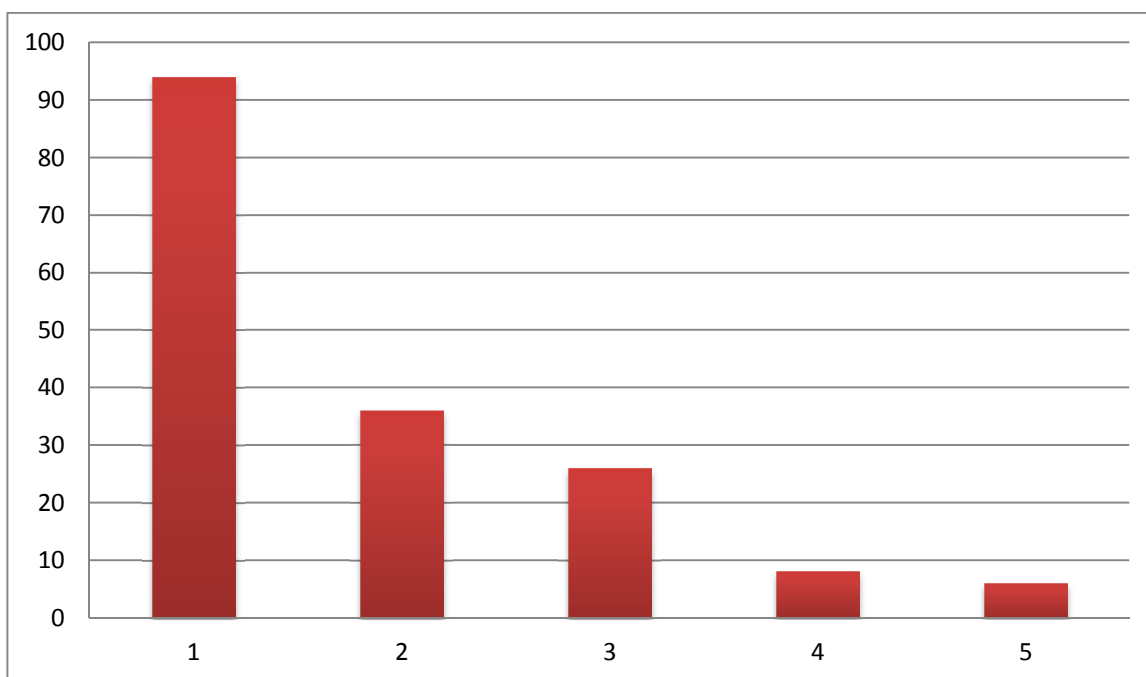
Z interview vyplynulo, že největším problémem děvčat je vzhled jejich postavy. Z tohoto důvodu cvičí nejraději samy, případně vůbec ne.

Za nízký počet odpovědí, týkajících se sportování s rodiči z pohledu nesportujících a sportujících žáků, kteří odpovídali v interview, mohou tyto důvody: žáci mají velký počet kroužků, pracovní vytíženost rodičů nebo životní styl rodiny, snaha osamostatňovat se více od dohledu rodičů.

6) Zakroužkuj na stupnici 1-5 oblíbenost tělesné výchovy. Číslo 1 znamená nejvyšší oblíbenost:

	Chlapec	Dívka	Celkem	Celkem v %
1	52	42	94	55%
2	14	22	36	21%
3	14	12	26	15%
4	4	4	8	5%
5	6	0	6	4%

Tab. č. 6 Obliba tělesné výchovy



Graf. č. 7 Jak žáky baví tělesná výchova v počtu žáků

Odpovědi na otázku, jak žáky baví tělesná výchova a je pro ně oblíbená, jsou tvořeny škálově. Žáci pomocí čísel určovali, jak moc je hodiny baví od 1 do 5. Číslo 1 znamenalo, že je baví nejvíce. Celkem 94 žáků, což je nejvyšší počet respondentů, zvolilo

číslo 1, které znamená, že je nejvíce baví TV. Procento u ostatních čísel postupně klesalo i s počtem dotazovaných (2. stupeň- 36 žáků, 3. stupeň- 26 žáků, 4. stupeň- 8 žáků). Vzhledem k pohlaví, dívky i chlapci, zvolili podobné hodnocení. Jediná odchylka byla u chlapců u čísla 5, které znamená, že je tento předmět nebaví. Toto stanovisko uvádí 6 chlapců a žádná dívka.

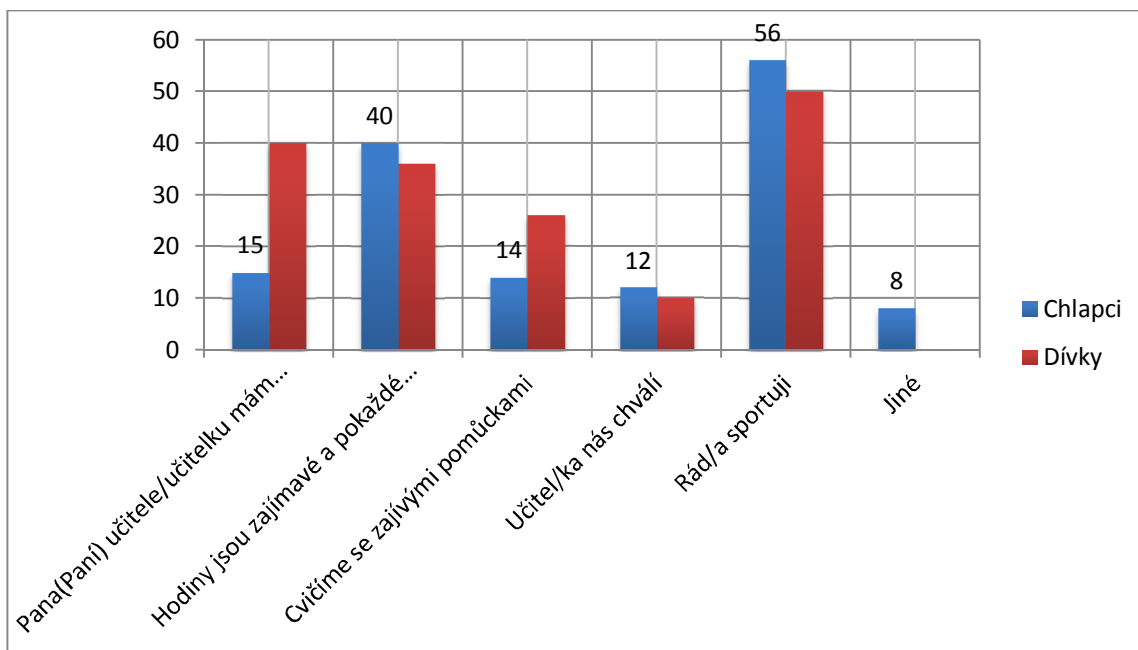
Při interview nesportující žáci hodnotili tělesnou výchovu na stupnici oblíbenosti 3 nebo 4, jeden žák hodnotil číslem 1. Po hlubším tázání se na důvod jejich stanoviska, jsem se dozvěděla od jednoho žáka, že učitel má své „oblíbence“, které upřednostňuje. Ostatním žákům se tolik nevěnuje a nechválí je. Naopak z interview s pravidelně sportujícími žáky vyplynulo, žáci tělesnou výchovu vnímají jako jeden z nejoblíbenějších předmětů. Mohou zde ukázat svoje nejlepší stránky a výkony.

7) Tělesná výchova mě baví, protože:

Na tuto otázku odpovídali pouze žáci, kteří odpověděli v rozmezí 1-3.

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Pana (Paní) učitele/učitelku mám rád	16	40	56	18%
Hodiny jsou zajímavé a pokaždé jiné	40	36	76	25%
Cvičíme se zajímavými pomůckami a nářadím	14	26	40	13%
Učitel/ka nás chválí	12	10	22	7%
Rád/a sportuji	56	50	106	34%
Jiné	8	0	8	3%

Tab. č. 7 Proč žáky baví tělesná výchova



Graf č. 8 Proč žáci baví tělesná výchova

Žáci mohou mít více důvodů, proč je baví hodiny tělesné výchovy, z tohoto důvodu mohou zaškrtnout 1 nebo více variant. Nejčastějším důvodem u obou pohlaví bylo, že rádi sportují (34%). Už v otázce č. 3 jsme se mohli přesvědčit, že většina žáků jaroměřských škol ráda sportuje. Celkovým druhým nejčastějším důvodem jsou zajímavé a obměněné hodiny (25%). 40 dívek ve druhém nejčastějším důvodu, týkajícím se oblíbenosti tělesné výchovy uvedla, že mají rádi svoji paní učitelku (na všech třech školách žákyně učily ženy). Oproti tomu pouze 16 chlapců uvedlo jako důvod toto tvrzení. Také to může být projev absence empatie učitele vůči svým žákům, hlavně v tomto případě u chlapců. Pouze u 7 % odpovědí byla důvodem pochvala od učitele/učitelky. V možnosti „jiné“ se objevily odpovědi ve smyslu: při hodinách tělesné výchovy zažívají méně stresu, jsou uvolnění a zažívají zábavu při vyučování.

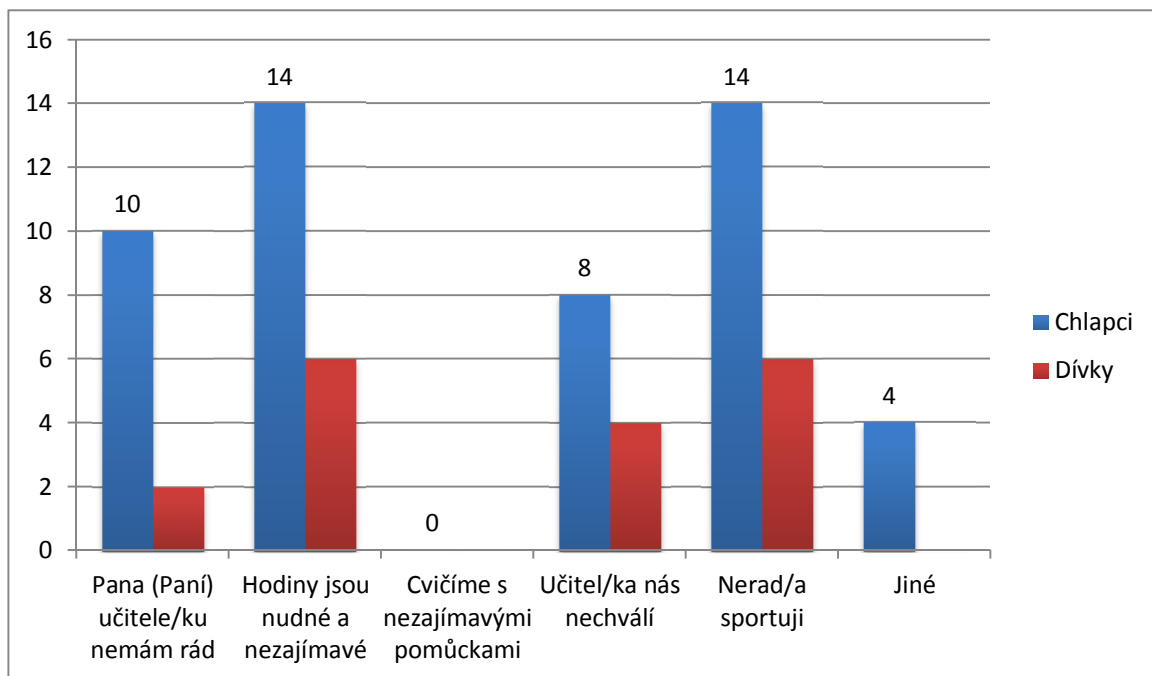
Z následného interview vyplynula silnější citová vazba u dívek ke svému učitelu tělesné výchovy, což odpovídá výsledkům dotazníku. Při interview, kdy jsem položila učitelům otázku, zda si myslí, že své žáky při hodinách chválí? Nabídnuty jim byly možnosti odpovědí: mnoho, přiměřeně nebo málo. Nikdo z odpovídajících si nebyl vědom, že by své žáky chválil málo. Tuto možnost ale žáci k zaškrtnutí využili jen málo (celkově 7%), z čehož vyplývá, že z jejich pohledu nejsou tolik chváleni, jak učitelé tvrdí.

8) Tělesná výchova mě nebaví, protože:

Na tuto otázku odpovídali pouze žáci, kteří odpověděli v rozmezí 3 - 5.

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Pana (Paní) učitele/ku nemám rád	8	2	10	20%
Hodiny jsou nudné a nezajímavé	8	6	14	28%
Cvičíme s nezajímavými pomůckami	0	0	0	0%
Učitel/ka nás nechválí	4	4	8	16%
Nerad/a sportuji	8	6	14	28%
Jiné	4	0	4	8%

Tab. č. 9 Proč žáky nebaví tělesná výchova



Graf č. 9 Proč žáky nebaví tělesná výchova

Celkem 40 respondentů odpovídalo na tuto otázku. Vyplňovali ji žáci, které nebaví tělesná výchova, a hodnotili otázku č. 6 na stupnici 3 - 5, jako u předchozí otázky.

Chlapci a dívky měli možnost zaškrtnutí 1 nebo více variant. Nejčastěji žáky nebaví tělesná výchova z důvodu nudné a nezajímavé hodiny (28%). To vypovídá mnoho o přípravách učitelů na tento předmět. Stejný počet 14 žáků (28%) nebaví hodiny z důvodu, že neradi sportují. Předmět tělesná výchova je pro mnoho dětí první možností, zda ve sportu najdou zalíbení. To, že jedinec nerad sportuje, je do jisté míry ovlivnitelné i v hodinách tělesné výchovy. Učitel, který své žáky zaujme, vytvoří předpoklad k oblibě či neoblibě této činnosti. Zároveň ne každý jedinec je stejný a ne každý rád sportuje.

Z interview s paní učitelkou vyplynulo tvrzení: „Tyto žáky je velmi těžké nadchnout a motivovat.“

Při výzkumu jsem zjistila od chlapců ZŠ Na Ostrově i velmi negativní postoj vůči svému učiteli tělesné výchovy ve třech dotaznících. Na otázku, proč je tělesná výchova nebaví, cituji dva žáky: „Pan učitel nám nadává přezdívkami, které nesnáším“. Druhý žák: „Učitel uráží tělesně slabší“. Při podrobnějším prostudování dotazníků, jsem zjistila, že 6 žáků z 8, které nebaví tělesná výchova z důvodu, že nemají rádi svého učitele, je ze školy Na Ostrově, kde tuto poznámku napsali chlapci do dotazníku. Tato odpověď není nejčastější odpovědí, ale ukazuje nám konkrétní problém, proč žáci negativně pohlíží na tělesnou výchovu.

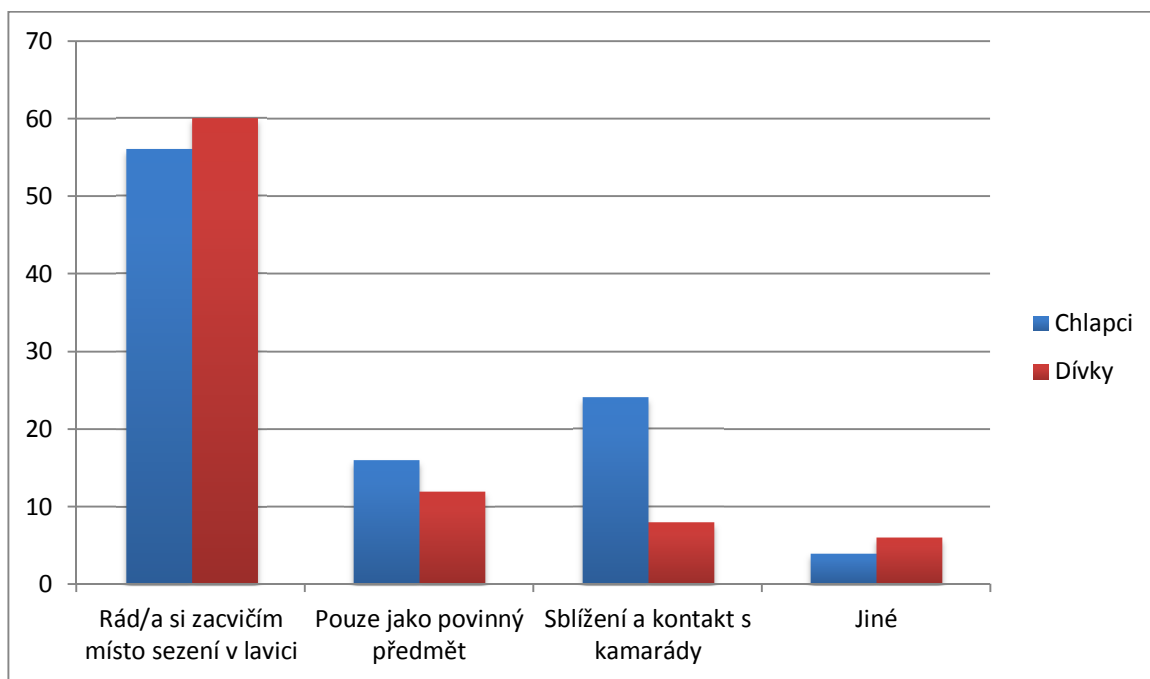
V teoretické části práce jsem se zabývala možnostmi, jak žáky motivovat. Jedním ze způsobů jsou různé pomůcky a nářadí. Žádný žák, kterého nebaví TV, neuvádí tento důvod. Celkem 8 žáků (16%) si myslí, že je jejich učitel nedostatečně chválí. Jak už jsem se zmiňovala u předchozí otázky, žádný z učitelů, se kterými jsem dělala interview, si není vědom, že by své žáky chválil málo.

V interview s nesportujícími žáky je v dotazníku zahrnuta i tato otázka. Dvě dívky nemají rády hodiny tělesné výchovy, protože se při cvičení stydí. Nestydí se za to, že neumí cvičit, ale za svoje tělesné proporce. Občas se jim některá děvčata kvůli tomu posmívají. Nesportující chlapce nebaví tělesná výchova, protože neradi sportují a nezajímají se o sport ve svém volném čase.

9. Tělesnou výchovu vnímáš jako:

	Chlapec	Dívka	Celkem	Celkem v %
Rád/a si zacvičím místo sezení v lavici	56	60	116	65%
Jako povinný předmět	16	12	28	16%
Sblížení a kontakt s kamarády	24	8	32	18%
Jiné	4	6	10	1%

Tab. č. 10 Vnímání tělesné výchovy



Graf č. 10 Vnímání tělesné výchovy

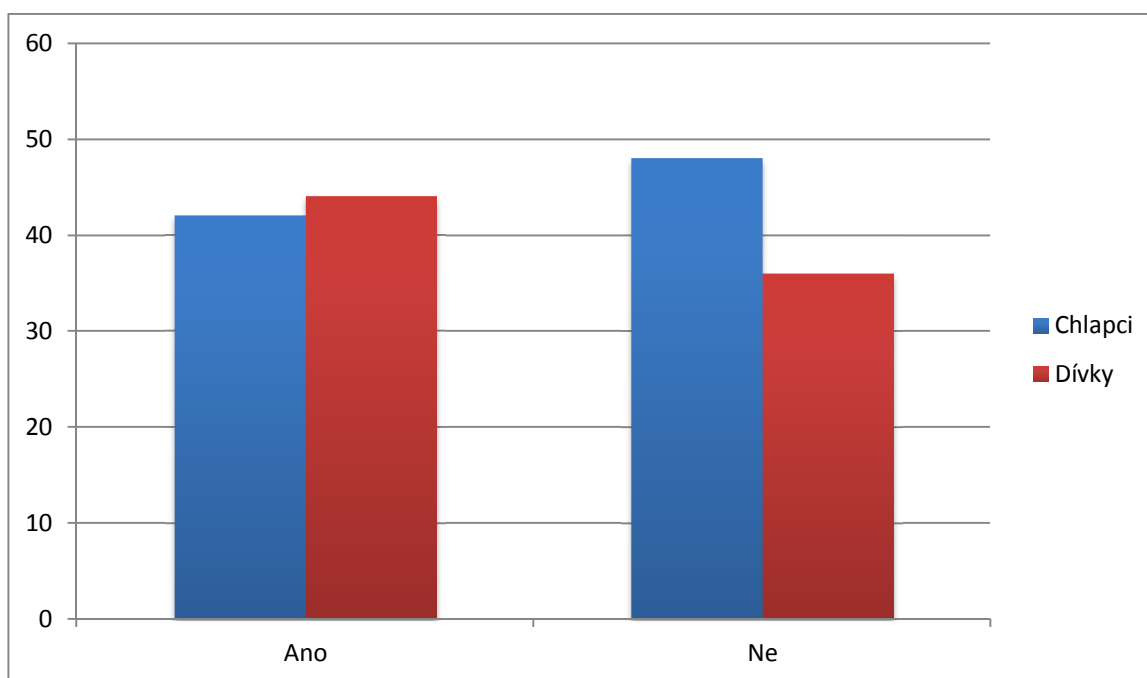
Žáci v otázce, týkající se vnímání tělesné výchovy, mohli zaškrtnout jednu nebo více variant. Nejčastěji zaznamenanou odpovědí (116 dotazovaných, 65%) byla možnost, že žáci rádi cvičí místo sezení v lavici. Tuto odpověď můžeme vnímat, jako kladnou pro tento předmět. Druhou nejčastější odpovědí u chlapců (24) je vnímání tělesné výchovy, jako sblížení a kontakt s kamarády. Tuto odpověď jsem zařadila pro zjištění klimatu ve třídě. Naopak 12 dívek druhou nejčastější odpověď uvedlo, že tělesnou výchovu vnímá pouze jako povinný předmět. Většina těchto dívek v otázce, jak hodnotí

TV z pohledu oblíbenosti, odpověděla hodnocením 3-5. Celkem 10 žáků (1%) napsalo jiný důvod, než je v nabídce odpovědí. Mezi negativní odpověď bych uvedla chlapce, který napsal: „Vnímám hodiny, jako cvičení s blbým učitelem“. I v této otázce se ukazuje špatný vztah mezi učitelem a žákem. Jako pozitivní odpověď bych uvedla: „Tělesnou výchovu vnímám k využití cvičení, protože na žádný další sport nemám čas“.

10. Chodíš na nějaký sportovní kroužek?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	42	44	86	51%
Ne	48	36	84	49%

Tab. č. 11 Docházka žáků na sportovní kroužky



Graf č. 11 Docházka žáků na sportovní kroužky

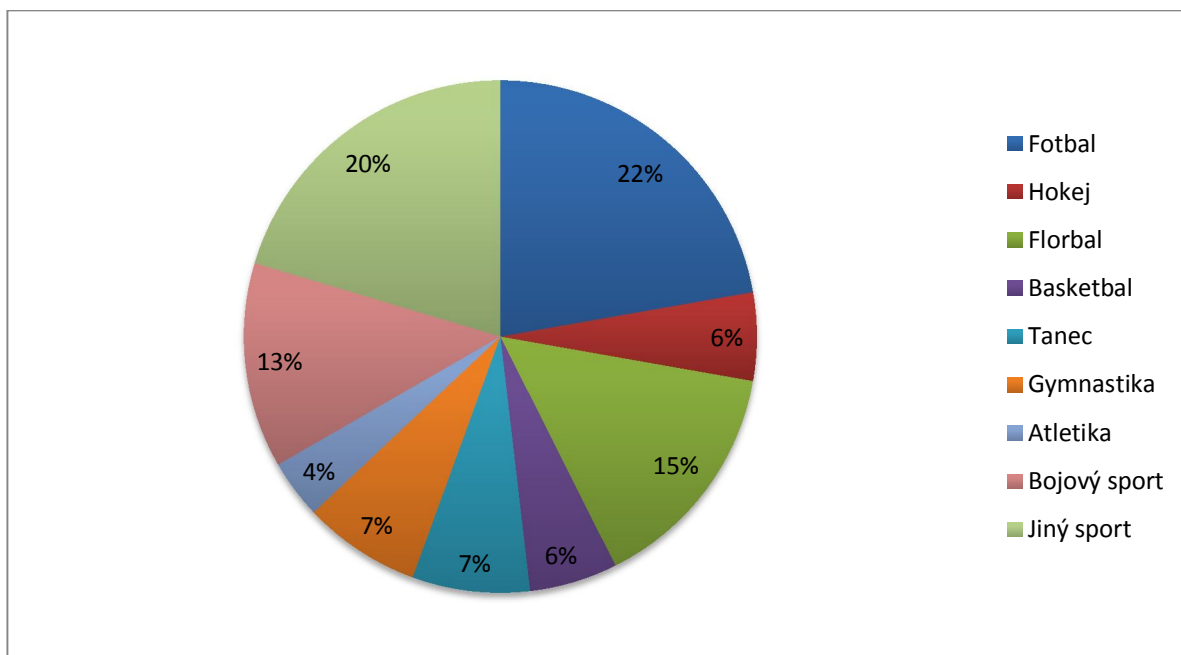
V této otázce je zahrnuta docházka na různé sportovní kluby, oddíly, zájmové sportovní činnosti a školní zájmové pohybové kroužky (viz kapitola č. 3.4.4-3.4.5). Při pohlédnutí na tabulku č. 11 nebo graf č. 11 je na první pohled evidentní, že skoro stejný počet žáků (51%) chodí do sportovního kroužku a o nepatrně menší procento (49%) žáků nechodí do sportovního kroužku, tedy každý druhý žák. Procento žáků, kteří chodí do sportovního kroužku je poměrně nízké, oproti tomu, že z dotazníků vyšel výsledek, že 61 % žáků rádo sportuje a 34% občas (viz. otázka č. 3). Pozitivní čísla ukazují

pohybovou činnost mimo organizované sportovní vyžití, tedy kluby, oddíly atd., což znamená, že tyto děti se pohybu věnují neorganizovaně. Po vyučování chodí ven, kde se věnují oblíbenému pohybu buď sami, nebo s kamarády. Celkový počet žáků 154 (91 % z dotazovaných) (viz. otázka č. 4) pravidelně sportuje minimálně 1 hodinu týdně ve svém volném čase mimo vyučování. Když 86 (51%) žáků chodí na sportovní kroužky, tak z celkově sportujících žáků (154) jich (68) sportuje mimo organizované kroužky.

11. Na jaký sportovní kroužek chodíš?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Fotbal	18	6	24	22%
Hokej	4	2	6	6%
Florbal	10	6	16	15%
Basketbal	2	4	6	6%
Tanec	0	8	8	7%
Gymnastika	0	8	8	7%
Atletika	2	2	4	4%
Bojový sport	10	4	14	13%
Jiný sport	8	14	22	20%
Nikam nedochází	48	36	84	-

Tab. č. 12 Sportovní kroužky



Graf č. 12 Sportovní kroužky

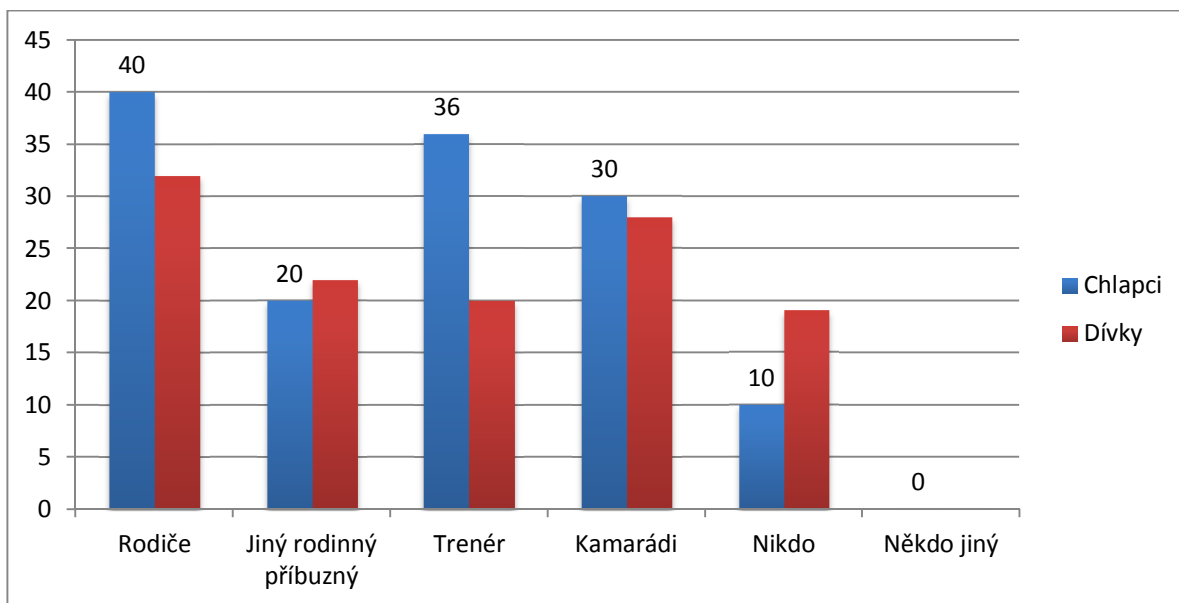
V této otázce měli žáci možnost zaškrtnout jeden nebo více sportů, kam chodí na sportovní kroužek. Z celkového počtu nejvíce žáků 22 % hraje fotbal, který je v Jaroměři velmi oblíbený. Až na florbal (15 %) a bojové sporty (13%), které jsou druhými nejčastějšími sporty, jsou ostatní sporty ve výběru žáků vyrovnané. Oba tyto sporty jsou zahrnuty v nabídce školních zájmových kroužků. Největší rozdíly ve výběru sportu jsou vzhledem k pohlaví v gymnastice a tanci. Tyto dva sporty jsou více zastoupeny u dívek, tento poznatek se dal všeobecně předpokládat. 20 % žáků chodí do jiných sportovních kroužků, které nejsou v nabídce. Mezi ně například patří: volejbal, stolní tenis, jízda na koni, mažoretky a badminton. Z důvodu přehlednějšího zastoupení všech sportů jsem neuvedla do grafu č. 12 žáky, kteří nechodí do žádných sportovních kroužků, kterých je celkem 84. Toto číslo se mi shodovalo i s předchozí odpovědí u otázky č. 10, kde stejný počet (84) žáků potvrzuje stejnou odpověď.

12) Kdo tě chválí za sportovní výkon?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Rodiče	40	32	72	28%
Jiný rodinný příbuzný	20	22	42	16%
Trenér	36	20	56	22%

Kamarádi	30	28	58	23%
Nikdo	10	19	29	11%
Někdo jiný	0	0	0	0%

Tab. č. 13 Kdo žáky chválí za sportovní výkon



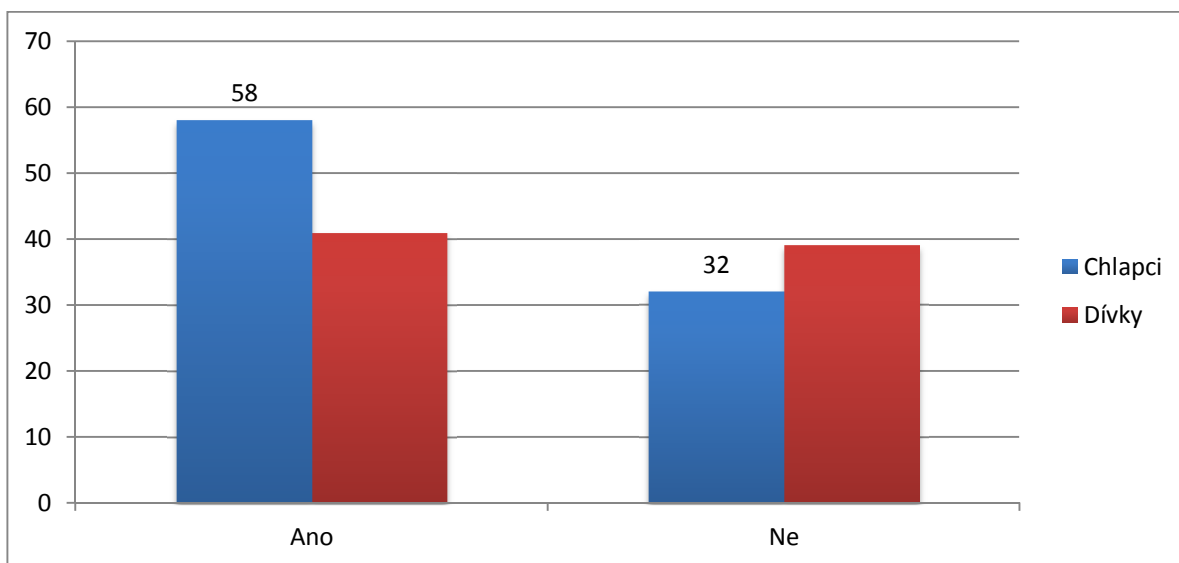
Graf č. 13 Kdo žáky chválí za sportovní výkony

U otázky: Kdo tě chválí za sportovní výkony, mohli žáci zvolit více odpovědí. Nejvíce chlapce i dívky chválí jejich rodiče, celkem 28 % ze všech odpovědí. Po rodičích je nejvíce chválí kamarádi (23%) a trenér (22%), u kterého se počet dívek (20) a chlapců (36) lišil. Neposledně je chválí z 16% jiný rodinný příslušník. Nejméně žáci uvedli, že je nikdo nechválí (11%). Celkem 19 dívek nechválí nikdo, což není zanedbatelné číslo oproti chlapcům, kterých je 10. U otázky č. 7 a č. 8 nebyl takový rozdíl mezi pohlavím při odpovědi, zda je učitel chválí nebo nechválí. Z odpovědí vyplývá, že u dívek dochází k menší pochvale za jejich výkony. Nikdo z respondentů neodpověděl, že by je chválil za jejich sportovní výkony někdo jiný, než je uvedeno v odpovědích.

13. Motivuje tě rodina či tvé okolí ke sportu?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	58	41	99	58%
Ne	32	39	71	42%

Tab. č. 14 Zda žáky motivuje rodina či okolí ke sportu



Graf č. 14 Zda žáky motivuje rodina či okolí ke sportu

58% žáků odpovědělo, že je motivuje rodina či okolí ke sportu. Celkem 58 chlapců a 41 dívek ze 170 dotazovaných. Poměrně stejný počet dívek 39 naopak nemotivuje rodina či okolí. Chlapce nemotivuje rodina či okolí v počtu (32) žáků. Z toho vyplývá, že chlapci jsou svým nejbližším okolím více motivováni ke sportu než děvčata.

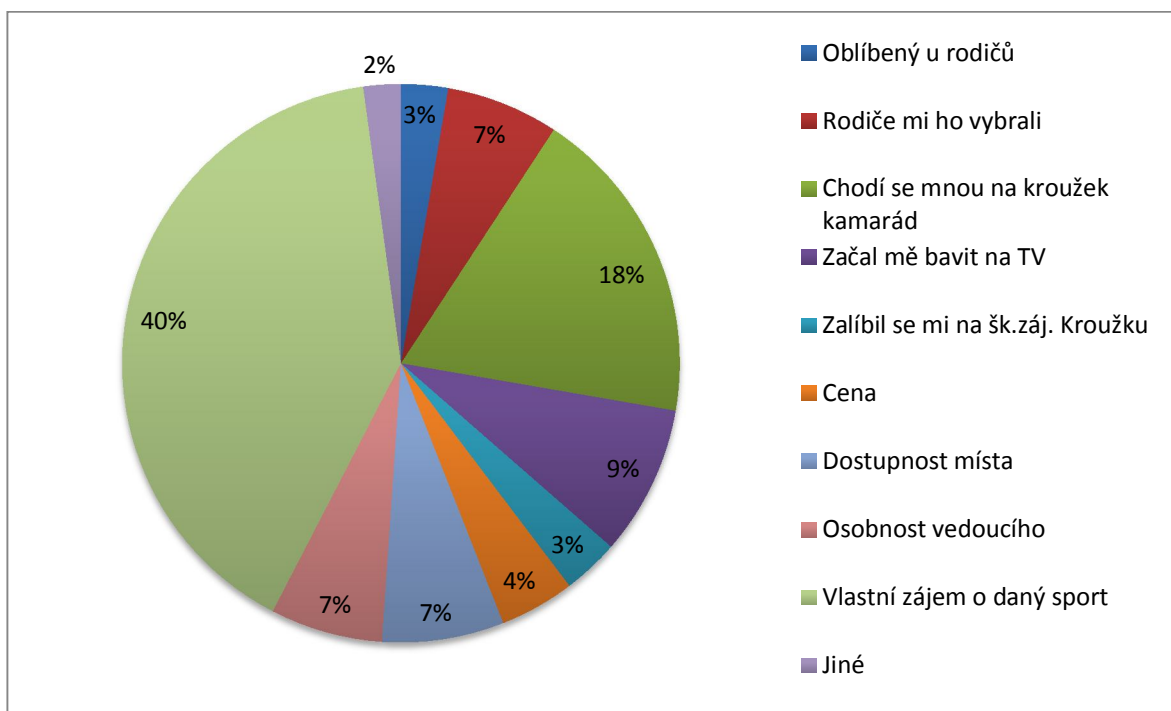
V interview s nesportujícími 3 žáci odpověděli, že je rodina a okolí motivuje a 3 odpověděli, že nikoli. Naopak všichni sportující žáci řekli, že rodina a okolí je velice motivuje a povzbuzuje i v případech, kdy se jim na tréninky nechce nebo se jim zrovna nedaří. Při sečtení všech dotazovaných sportujících i nesportujících žáků, s kterými jsem dělala interview, uvádí kladnou odpověď celkem 75%. Což je vyšší procento, než v dotazníku (58%).

14. Co tě ovlivnilo při výběru sportu?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Oblíbený u rodičů	0	5	5	3%
Rodiče mi ho vybrali	10	2	12	7%
Chodí se mnou na kroužek kamarád	22	12	34	18%
Začal mě bavit na TV	4	12	16	9%

Zalíbil se mi na šk.záj. kroužku	0	6	6	3%
Cena	4	4	8	4%
Dostupnost místa	7	6	13	7%
Osobnost vedoucího	3	8	12	7%
Vlastní zájem o daný sport	42	32	74	40%
Jiné	0	4	4	2%
Nic nenavštěvuji	48	36	84	-

Tab. č. 15 Co žáky ovlivnilo při výběru sportu



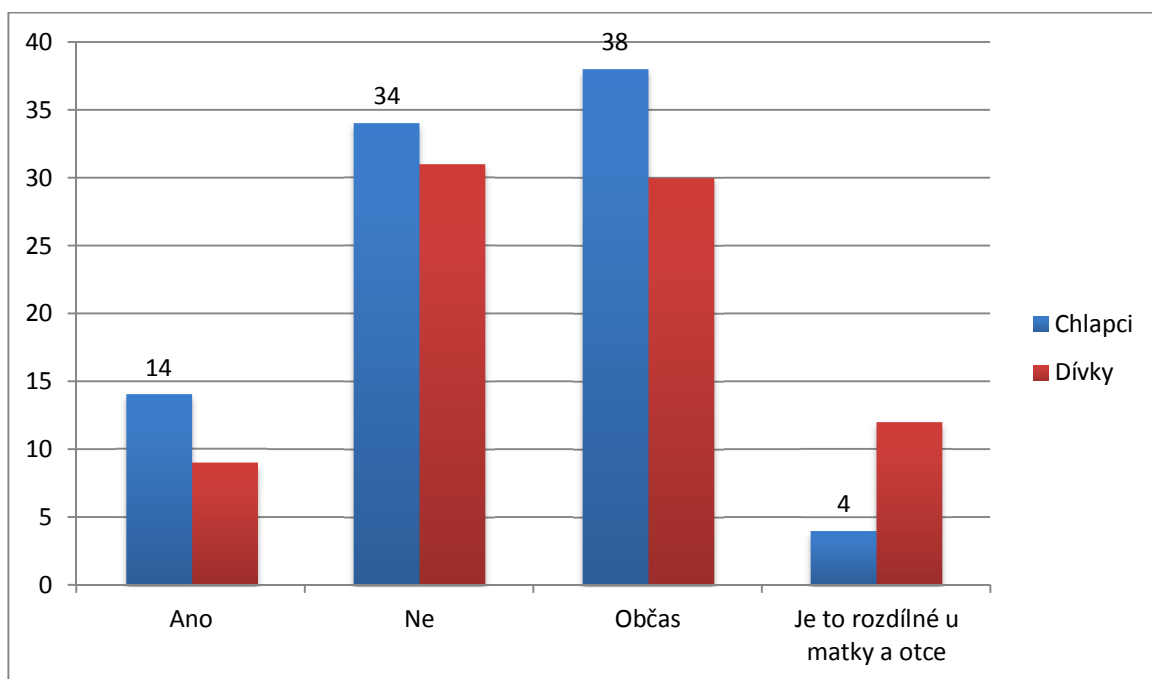
Graf č. 15 Co žáky ovlivnilo při výběru sportu

Otázka, co žáky ovlivnilo při výběru sportu, se zabývá H2. Pro zaškrtnutí odpovědi si mohli žáci vybrat 1 nebo více variant. Podle grafu č. 15 nejvíce ovlivnil žáky vlastní zájem o daný sport (40%). Kamarád (18%), který s nimi chodí na sportovní kroužek, je druhou nejčastější odpovědí. Třetí největší vliv na výběr sportu měla tělesná výchova ve škole (9%). Žáky stejně ovlivňují i rodiče 7%, kteří žákovi sport vybrali, dostupnost místa (7%) a osobnost vedoucího (7%). Naopak na výběr sportu nemá větší vliv cena (4%), školní zájmový kroužek (3%) ani oblíbenost sportu u rodičů (3%).

15. Sportují tvoji rodiče?

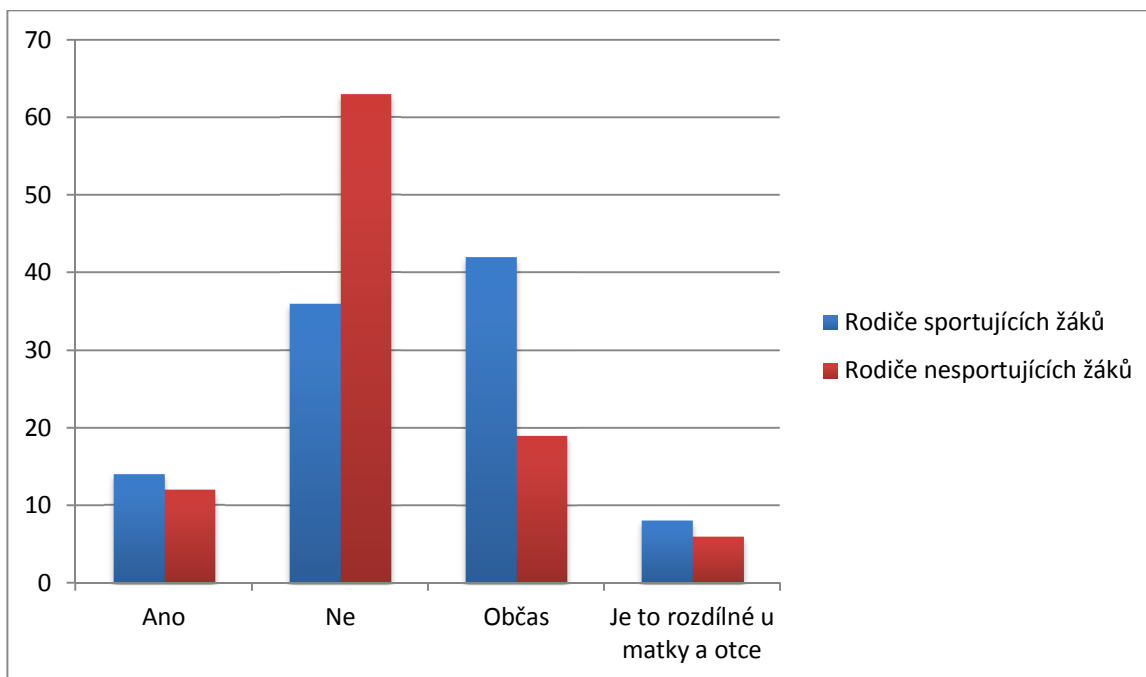
	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	14	9	23	14%
Ne	34	31	65	38%
Občas	38	30	68	40%
Je to rozdílné u matky a otce	4	10	14	8%

Tab. č. 16 Zda sportují rodiče žáků



Graf č. 16 Zda sportují rodiče žáků

Na otázku, zda rodiče žáků občas sportují, odpovědělo 40 % dotazujících. Pouze o dvě procenta méně 38 % rodičů nesportuje. A jen 14 % ano. Zbýlých 8% uvádí, že sportování rodičů je rozdílné. Interview s učitelem: „Můžeme předpokládat, že tak vysoké procento nesportujících rodičů má negativní vliv na motivaci svých dětí k pohybovým aktivitám. Když samotný rodič nesportuje, hůře své děti přiměje ke sportu. Není pro ně inspirací. „



Graf č. 17 Procentuální zastoupení sportujících a nesportujících rodičů vůči sportujícím a nesportujícím žákům.

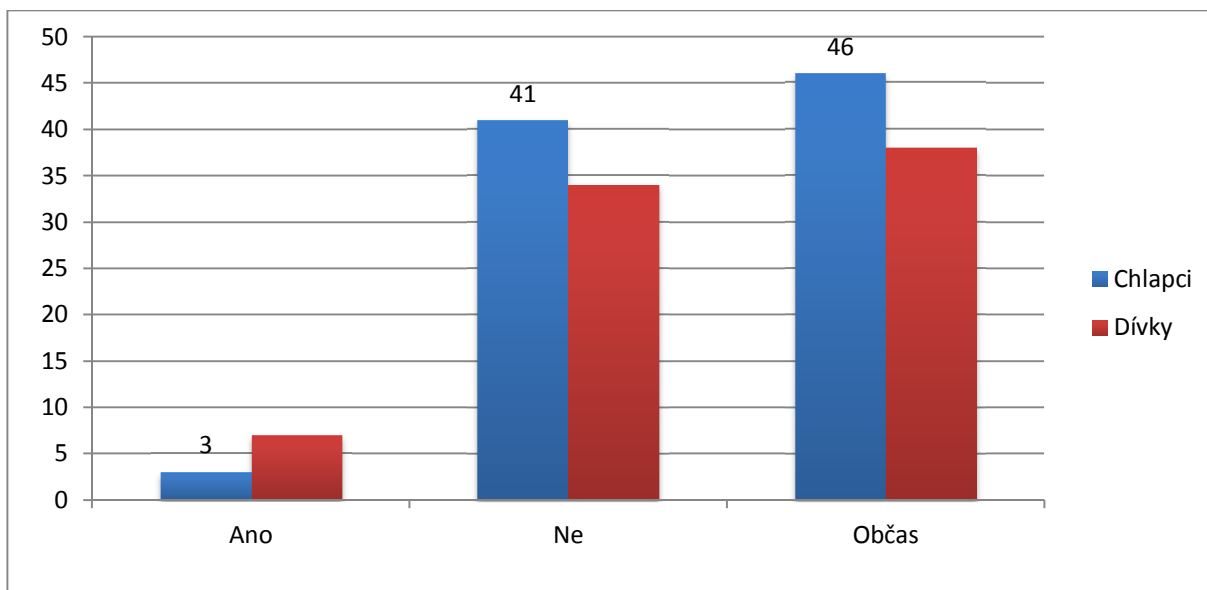
Graf č. 17 se zabývá H5. Ukazuje v procentech, kolik rodičů sportujících žáků sportuje či nesportuje a kolik rodičů nesportujících žáků sportuje či nesportuje. 21 rodičů (14%) pravidelně sportujících žáků sportuje, 55 nikoli (36%), 65 občas (42%) a rozdílné u matky a otce má 13 rodičů (8%). Pouze 2 rodiče (12%) nesportujících žáků sportují, 10 nesportujících (63%), 3 občas (19%) a jeden žák má rodiče, kteří rozdílně sportují.

V interview u 4 z 6 nesportujících žáků rodiče nesportují a 1 rodič občas. Pouze jedni rodiče sportují, což činí z 6 rodičů 16,5%. Celkem 5 rodičů z 6 pravidelně sportujících žáků jsou také aktivně sportující (83%). Jeden nesportuje a žádný z rodičů nesportuje občas.

16. Sportuješ se svými rodiči?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	3	7	10	6%
Ne	41	35	76	45%
Občas	46	38	84	49%

Tab. č. 17 Zda žáci sportují se svými rodiči



Graf č. 18 Zda žáci sportují se svými rodiči

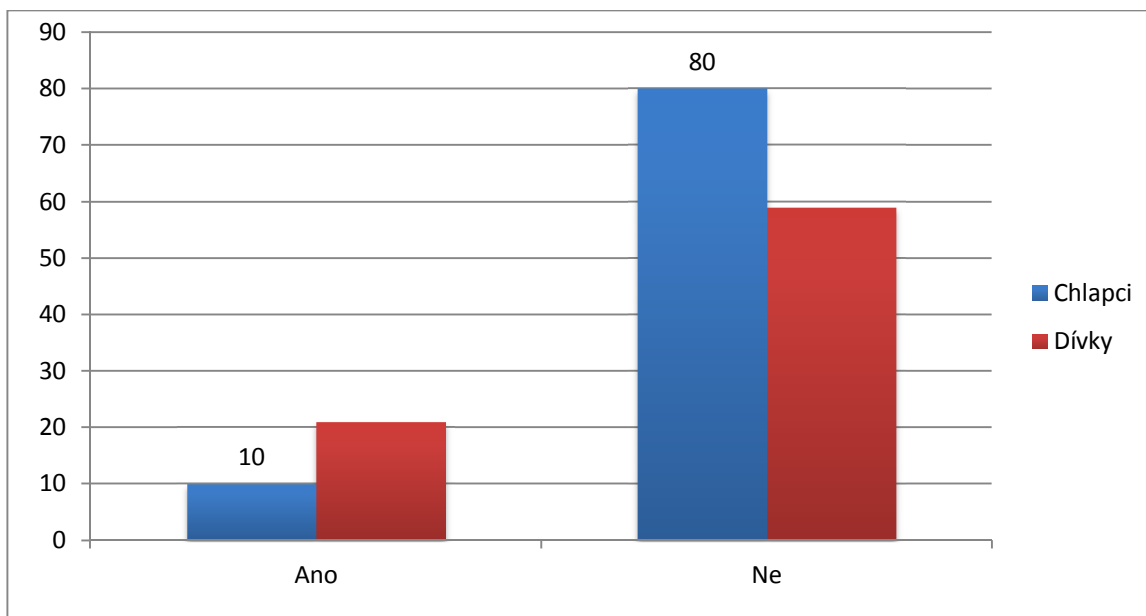
V otázce č. 16 žáci odpovídali, zda sportují se svými rodiči. Nejčastější odpovědí bylo, že občas 49%. O něco méně žáků (45%) se svými rodiči nesportuje. A 6% dotazovaných žáků se svými rodiči sportuje. Tyto odpovědi se vážou na otázku č. 15, protože rodiče, kteří nesportují, nebudou sportovat ani se svými dětmi. Otázka, zda sportují žáci se svými rodiči, potvrzuje nízkou pohybovou aktivitu rodičů. Touto otázkou se mi potvrdila odpověď u otázky č. 5, ve které 3% žáků sportuje se svými rodiči.

V interview jsem se zabývala i touto otázkou. Zda rodiče s dětmi ve volném čase a na dovolené sportují. Celkem s 5 nesportujícími žáky rodiče nesportují a jen s jedním občas. S pravidelně sportujícími žáky 1 rodič sportuje, 4 občas a 1 ne.

17. Navštěvuješ nějaký zájmový pohybový kroužek na škole?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	10	21	31	18%
Ne	80	59	138	82%

Tab. č. 18 Zda žáci chodí na zájmový pohybový kroužek na škole



Graf č. 19 Zda žáci chodí na školní pohybové kroužky

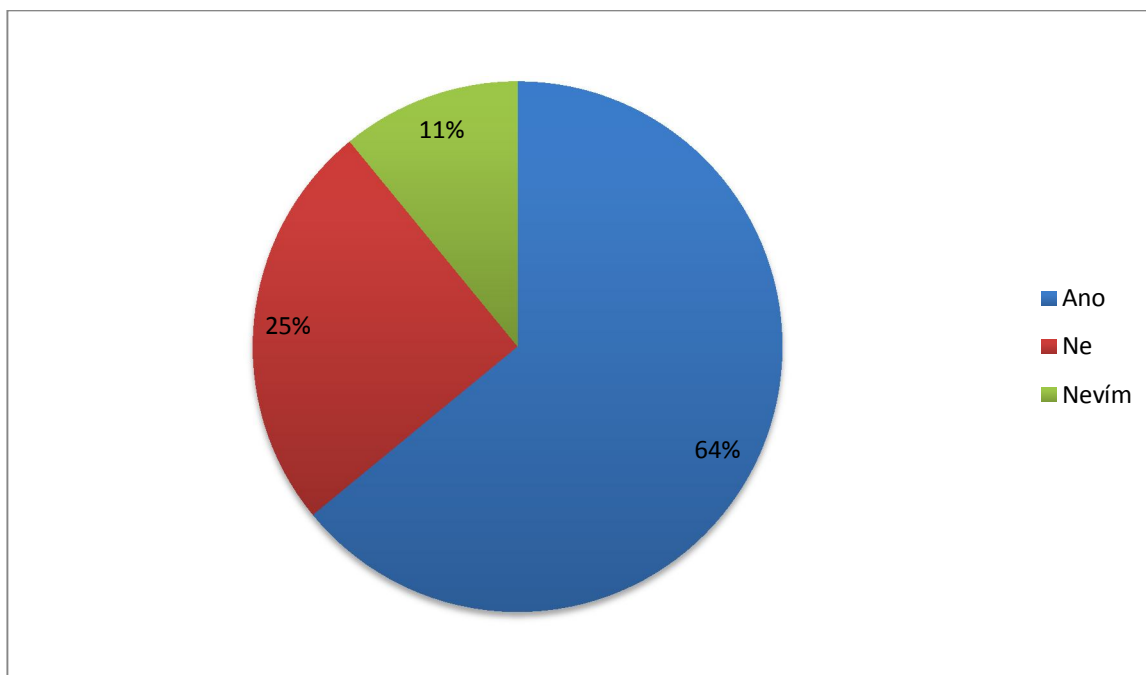
Celkem 82 % dotazovaných nechodí na žádný školní zájmový kroužek. Zbylých 18 % žáků ano. Žáci uváděli i název kroužku, kam chodí. Největší zájem u dívek je o taneční kroužek Flash, který je provozován na ZŠ Na Ostrově, dále o florbalový kroužek na ZŠ Josefově a Workout na ZŠ Na Ostrově. Procento nedocházejících dětí na školní zájmový kroužek může být zkreslený, protože na ZŠ Boženy Němcové není žádný zájmový pohybový kroužek.

Na tuto otázku jsem se ptala při interview pravidelně sportujících žáků. Čtyři žáci nechodí na žádný školní pohybový kroužek a dva chodí. Důvodem, proč žáci nechodí na tyto kroužky, je nezajímavá nebo žádná nabídka na jejich škole. Někteří jsou naopak vytížení svými sportovními tréninky.

18) Je na Vaší škole zájmový kroužek zaměřený na pohyb?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	51	51	102	64%
Ne	23	21	44	25%
Nevím	16	8	24	11%

Tab. č. 19 Zda je na škole kroužek zaměřený na pohyb



Graf č. 20 Zda je na škole kroužek zaměřený na pohyb

V teoretické části jsem uvedla výčet pohybových kroužků na jaroměřských školách. Otázkou číslo 18. jsem se chtěla dozvědět, zda si jsou žáci vědomi toho, že jim škola nabízí ve volném čase nějaké pohybové kroužky. ZŠ v Josefově a na ZŠ Na Ostrově nabízí žákům tuto možnost. ZŠ Boženy Němcové nikoli. Z těchto údajů musíme vycházet. Celkem 64 % žáků ví o možnostech pohybu v rámci školního kroužku. 25 % žáků uvedlo, že nemají na své škole kroužky zaměřené na pohyb. A 11 % žáků, z toho více chlapců (16) oproti dívkám (8) neví, zda jim škola umožňuje nějaký pohybový kroužek.

V interview 4 žáci pravidelně sportující mají možnost na své škole chodit do pohybových kroužků, protože na jejich škole tyto kroužky nabízejí. Dva ze sportujících žáků na školní kroužky nemohou docházet, protože na jejich škole tento typ zájmových kroužků není. To samé i nesportující žáci. 4 žáci mají tyto možnosti a 2 nikoli. Žádný z těchto nesportujících dětí nabídku, ale nevyužívá.

19. Vyjmenujte názvy pohybových kroužků na Vaší škole:

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Žádný neuvedli	8	7	15	16%
Min. 1 uvedli	43	34	77	84%

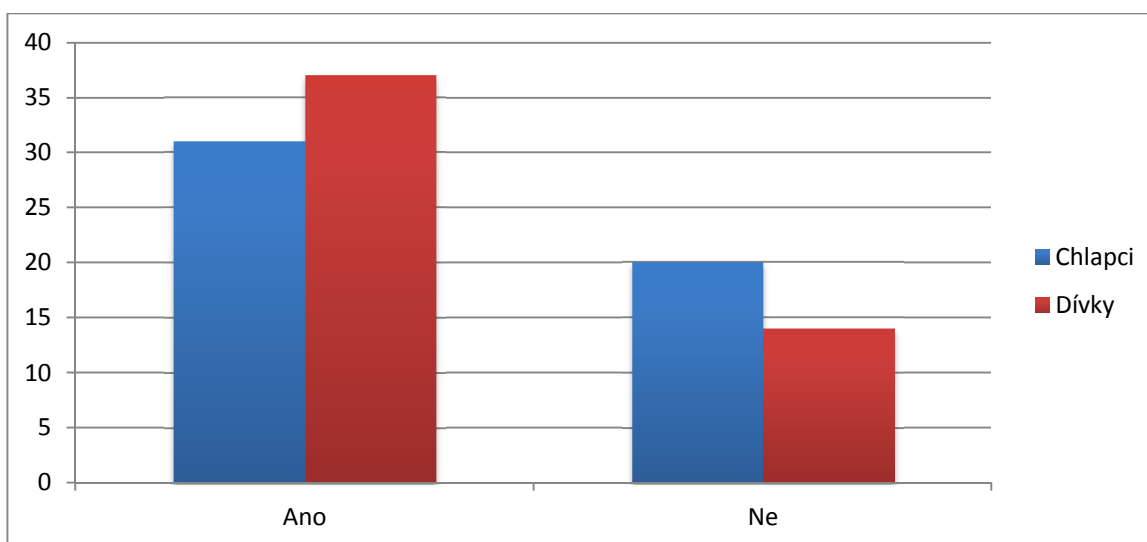
Tab. č. 20 Kolik žáků umí vyjmenovat pohybové kroužky na své škole

Ze 102 žáků, kteří uvedli v otázce č. 18, že mají na škole zájmový pohybový kroužek, dokázalo 77 napsat název kroužku. 15 žáků sice uvedlo, že jsou nějaké pohybové kroužky u nich na škole, ale nedokázali žádné vyjmenovat.

20. Jsi informovaný/á o nabídkách zájmových pohybových kroužků od svého učitele (na TV)?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	31	37	68	67%
Ne	20	14	34	33%

Tab. č. 21 Zda jsou žáci informováni o nabídkách pohybových kroužků od učitele



Graf č. 21 Zda jsou žáci informováni o nabídkách pohybových kroužků od učitele

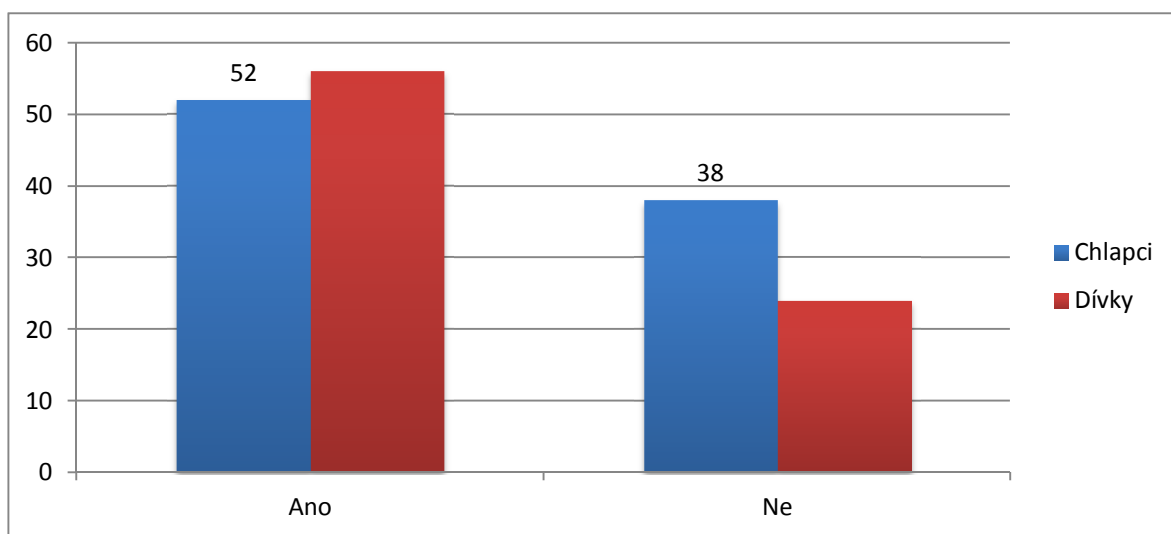
Na tuto otázku jsem sbírala data pouze od 102 žáků, kteří mají na své škole možnost chodit do školních pohybových kroužků. 67% je informováno o možnosti docházet do pohybových kroužků v rámci školy. A zbylých 33 % žáků o těchto kroužcích učitel TV neinformoval.

21. Ocenil/a bys na své škole větší počet pohybových kroužků?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	52	56	108	64%

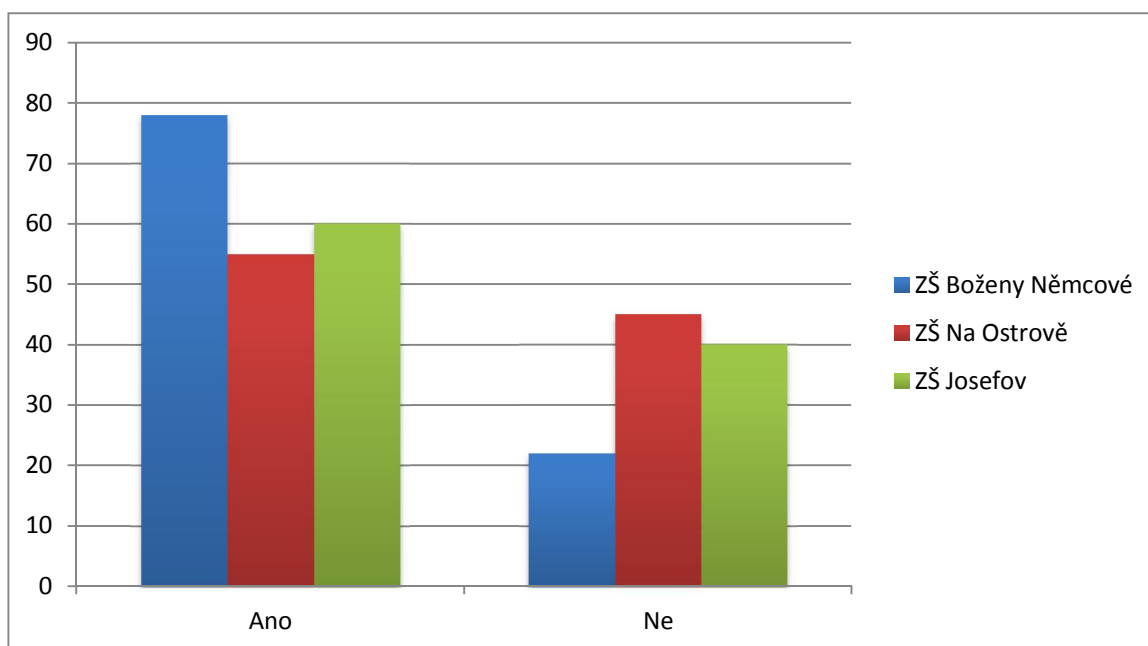
Ne	38	24	62	36%
-----------	----	----	----	-----

Tab. č. 22 Zda by žáci ocenili více pohybových kroužků na své škole



Graf č. 22 Zda by žáci ocenili více pohybových kroužků na své škole

Na tuto otázku odpovídalo všech 170 dotazovaných. V celkovém průměru by více žáků (64 %) ocenilo navýšení pohybových kroužků ve své škole (z toho 78% ze všech respondentů ZŠ Boženy Němcové by chtělo větší počet pohybových kroužků, tedy můžeme chápat, že alespoň nějaký, viz graf č. 22). Zbylých 36% žáků ze všech 3 škol by více kroužků neocenilo. Nejmenší rozdíl, u procentuálního součtu, je u ZŠ Na Ostrově, kde by chtělo 55 % žáků navýšit počet kroužků a 45% nikoli (viz graf č. 23).



Graf č. 23 Navýšení počtu pohybových kroužků na své škole

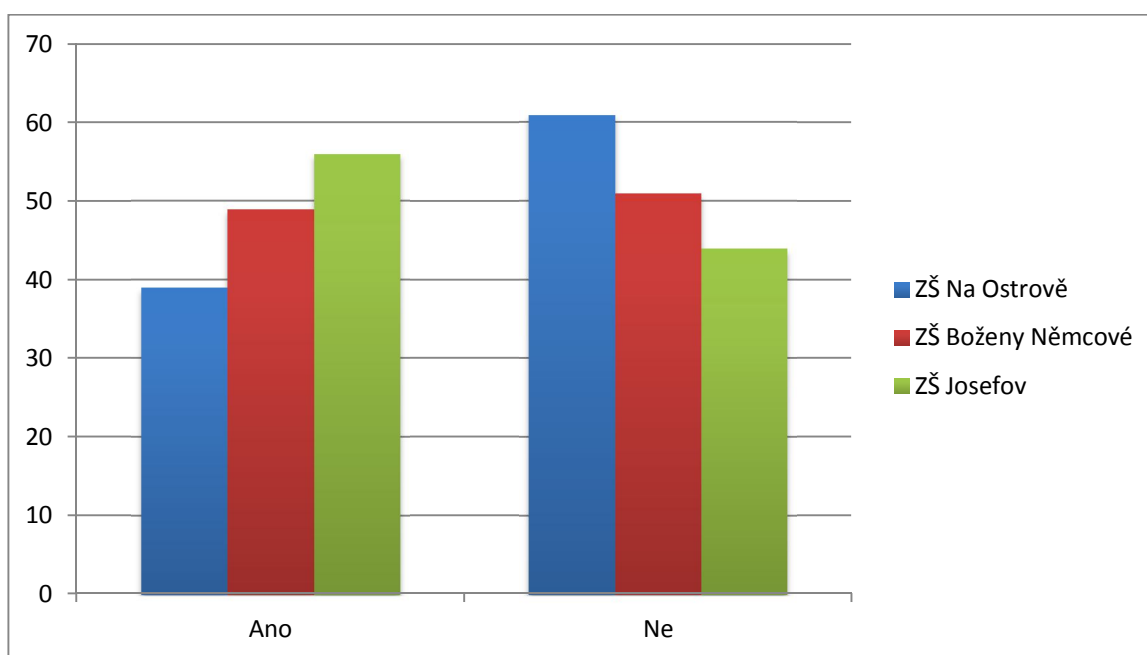
22. Informuje vás učitel o možnostech cvičení ve sportovních klubech a oddílech ve vašem okolí?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	44	38	82	48%
Ne	46	42	88	52%

Tab. č. 23 zda jsou žáci informováni o možnostech cvičení ve sportovních klubech a oddílech

	ZŠ Na Ostrově	ZŠ Boženy Němcové	ZŠ Josefov
Ano	39%	49%	56%
Ne	61%	51%	44%

Tab. č. 24 Jaké je procentuální zastoupení informovanosti o cvičení ve sportovních klubech a oddílech na jednotlivých školách



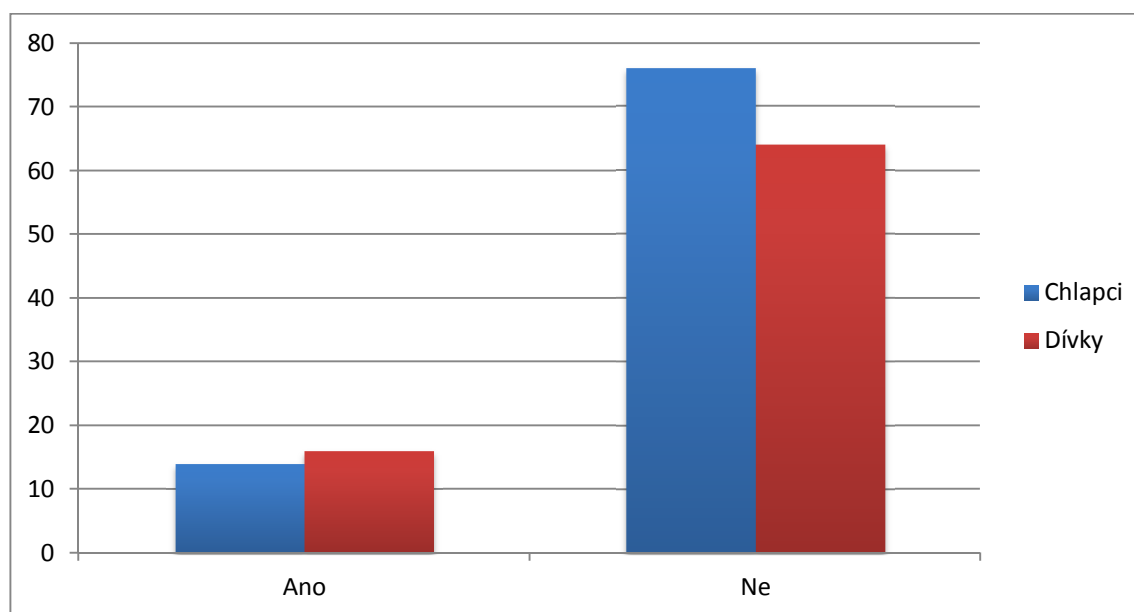
Graf č. 24 Jaké je procentuální zastoupení informovanosti o cvičení ve sportovních klubech a oddílech na jednotlivých školách

Celkem 48 % dívek i chlapců je informováno od svého učitele o možnostech cvičení ve sportovních klubech a oddílech ve svém okolí. Více žáků 52 %, ale informováno není. Podle tab. č. 24 a grafu č. 24 můžeme vidět, že nejméně informovanou školou (pouze 39 %) je ZŠ Na Ostrově. Dále pak ZŠ Boženy Němcové (49%) a ZŠ Josefov (56%), která má nejvyšší informovanost žáků od učitele o sportovních klubech v okolí.

23. Podávají sportovní kluby a oddíly informace o možnostech členství na Vaší škole?

	Chlapci	Dívky	Celkem	Celkem v %
Ano	14	16	30	18%
Ne	76	64	140	82%

Tab. č. 24 Zda podávají sportovní kluby a oddíly informace o možnostech členství na školách žáků.



Graf č. 25 Zda podávají sportovní kluby a oddíly informace a možnostech jejich členství na školách žáků.

Celkem 82% žáků není informováno od sportovních klubů a oddílů o možnostech členství v nich ve školách. Zbýlých 18% žáků je informováno. I u této otázky, tak u předchozí otázky č. 22 je informovanost velmi nízká a ze strany sportovních klubů a oddílů je ještě menší než informovanost o školních sportovních klubech.

6.4 Interview

Interview byl proveden s 6 nesportujícími, 6 pravidelně sportujícími žáky a se 4 učiteli tělesné výchovy, kteří učí tyto žáky. Aby informace nebyly zkreslené, byl vybrán stejný počet chlapců a dívek. K jednotlivým otázkám v dotazníku jsem napsala reakce těchto žáků. V příloze přikládám seznam otázek, které jsem žákům a učitelům pokládala. V případě potřeby jsem je ještě doplnila o další prohlubující otázky

6.4.1 Nesportující žáci

Nejprve bych ráda charakterizovala nesportující žáky. Jsou to děti, které během výzkumu nechodili do žádného sportovního klubu či oddílu, ani do školního

zájmového kroužku nebo jiných organizací zaměřených na pohybovou aktivitu. V interview jsem se zajímala, proč nesportující žáci do výše uvedených organizací nedochází. Důvodu bylo hned několik. Nejčastěji žáci uváděli, že je sport nebaví, mají jiné aktivity, stydí se cvičit nebo je odradilo předchozí sportování. Dva žáci dříve chodili do sportovního oddílu a to do fotbalového a florbalového. Primárním důvodem, proč už nechodí, byl jejich trenér, kterého neměli rádi. Všiml si a chválil pouze ty, kteří vynikali a dotazované nechtěli pouštět při zápasu na hřiště. Přišli si pro tým nepotřební a přestali tedy chodit na tréninky. Jeden dotazovaný přiznává, že ho tréninky navíc nudily. Měly stále stejnou, pro něj nudnou, skladbu.

Při otázce, jak by nesportující žáci hodnotili hodiny tělesné výchovy podle toho, jak je baví a je u nich tento předmět oblíbený. Rozmezí 1-5. Číslo 1, je nejvyšší oblíbenost. Tito žáci tělesnou výchovu hodnotili mezi číslem 3-4, jeden žák číslem 1, tedy nejvyšší oblíbeností. Chlapec, který si stěžoval na oblíbence při tréninkách fotbalu, i u této otázky uvádí, že i učitel takto rozděluje své žáky, proto TV nemá mezi svými oblíbenými předměty. I zde se objevil u dvou dívek problém, týkající se svého těla. Tyto dívky nebaví cvičit, protože se na nich ukáže jejich nemotornost kvůli vyšší váze. Bývají někdy terčem „posměšku“. Na moji otázku, zda se paní učitelka nesnaží tyto dívky nějak ukáznit, dívky kladně odpovídají, ale nemívá to velký přínos tak, aby se to znovu neopakovalo.

Otázka, zabývající se zdravotním stavem, se týkala jen jedné dívky. Ta má omezení v hodinách TV na některé cviky, týkající se hlavně gymnastiky, z důvodu bolesti zad. Tato dívka chodí na ZŠ Na Ostrově, kde škola umožňuje svým žákům chodit v rámci školního kroužku na zdravotní tělesnou výchovu. Dívka je sice o této možnosti informována, ale na cvičení nechodí.

Zjišťovala jsem, jestli na nesportující žáky mají vliv rodiče z pohledu jejich sportovní aktivity. Rodiče 4 žáků nesportují vůbec, 1 občas a 1 ano (16,5 %). Při porovnání s dotazníkem, kde odpovídali všichni žáci, je sportujících rodičů téměř stejné zastoupení (14%).

I přesto, že žáci nesportují, zjišťovala jsem, zda jejich rodiče nebo okolí je motivuje ke sportu. 3 žáci jsou motivováni a 3 žáci nikoli. Nejčastěji je motivují kamarádi nebo rodiče, aby něco dělali pro své zdraví a byli pospolu se svými kamarády. Učitelé ve škole se je snaží také motivovat (viz. Interview s učiteli).

Nesportujících žáků jsem se také ptala, zda jsou u nich na škole pohybové kroužky. 4 žáci z 6 dotazovaných mají možnost se jich účastnit. Přestože jsem na začátku interview uvedla, že nesportující žáci nechodí do žádných sportovních klubů, oddílů a

jiných zařízení, ptala jsem se jich, proč nevyužívají možnosti školních pohybových kroužků. Nejčastější důvody byly opět nezáměr o sportovní činnosti, účast na jiných nesportovních kroužcích, z nabídky jim nepříjde žádný sportovní kroužek atraktivní.

6.4.2 Pravidelně sportující žáci

Za pravidelně sportující žáky jsem při svém výzkumu považovala ty, kteří minimálně 2x týdně chodí trénovat nějaký sport. Typové otázky, které jsem použila u interview, jsou v příloze mé práce. Celkem bylo vybráno 6 žáků, opět 3 dívky a 3 chlapci. Tři žáci trénují 2x týdně, dva žáci 3x týdně a jeden chlapec 4x týdně, protože chodí na tréninky dvou různých sportů.

Čtyři žáky přivedl ke sportu rodič, jednoho kamarád a jednoho učitel ze školního pohybového kroužku. Jednalo se o učitele trénujícího florbalový kroužek na ZŠ Josefov a chlapec na jeho popud začal trénovat i ve florbalovém oddíle TJ SOKOL Jaroměř. Všechna 6 žáků ohodnotilo tělesnou výchovu jako jeden z nejoblíbenějších předmětů, tedy hodnotou 1, (žáci hodnotili předmět v rozmezí 1-5, 1 znamená nejvyšší obliba). Další otázka se týkala rodičů a H5. Zda mají sportující žáci rodiče, kteří také sportují. 5 žáků z 6 ano (83%). U nesportujících žáků v interview, byl pouze jeden rodič sportující (16,5%). Pouze jeden pravidelně sportující žák sportuje se svými rodiči ve volném čase a na dovolené. 4 žáci občas a 1 nikoli. Nejčastějším důvodem jsou nesportující rodiče, jejich pracovní vytíženost nebo volný čas tráví jinými aktivitami. Sportující žáci potvrzují, že rodina a okolí je motivuje k pohybu. Rodina a blízcí rodinní příbuzní je nejvíce povzbuzují, ale také jejich kamarádi. Dva sportující žáci chodí na školní pohybový kroužek, jeden, jak jsem se už zmínila výše, na florbalový na ZŠ Josefov a dívka na bojové umění - Drak, který jí pomáhá ve zlepšení na trénincích v Lion klubu Jaroměř - boxerském oddíle.

6.4.3 Učitelé tělesné výchovy

Třetí skupina, která mi pomohla potvrdit, vyvrátit nebo zjistit nové informace, které jsem nasbírala pomocí dotazníků, je interview s učiteli tělesné výchovy. Interview proběhlo se čtyřmi učiteli ze ZŠ Na Ostrově a ZŠ Boženy Němcové. První otázka se zaměřila na to, proč by žáci měli mít předmět tělesné výchovy za oblíbený a měl by je bavit. Dva učitelé si myslí, že kvůli pohybu, který žákům během klasického vyučování není umožněn. Mezi odpověďmi byla radost ze sportu, radost z pohybu jako takového, dobrých pocitů ze soutěžení nebo kontaktu se spolužáky. Radost ze zajímavých

a netradičních hodin. Dále zmiňovali dobrý základ do budoucího života člověka, pro kterého se stane pohyb pravidelnou součástí života.

Také jsem se zeptala učitelů, z jakého důvodu si myslí, že žáky nebaví a nemají oblíbený předmět tělesná výchova. Většina učitelů je toho názoru, že ne všechny hry a cvičení jsou pro každého zábavné. Ne každý je zdatný například k přeskoku přes kozu. Ale že by oblíbená cvičení měla převažovat. Jeden z možných důvodů, proč hodiny žáky nemusí bavit, jsou stereotypní části hodiny, které jsou do určité míry pokaždé, např. zahřátí, rozcvička, atd. Učitelé se také domnívají, že rodiče nemají na sport se svými dětmi dostatek času a nevedou je k němu. Právě tak se zmínili také o rodičích, kteří svým dětem zaplní každé odpoledne nějakým kroužkem, že jim docházku na ně znechutí. Sportovní kroužek se pak nestává „relaxem“ a radostí z pohybu, ale nutností. Tyto děti po příjezdu z kroužku sednou k učení a poté k počítači a na běhání venku nebo na obyčejné „hraní“ nemají už energii.

Učitelé hodnotili i to, jak své žáky chválí. Zda mnoho, přiměřeně nebo málo. Nikdo z odpovídajících si nebyl vědom, že by své žáky chválil málo. V dotazníku naopak 8 žáků uvádí, že je učitel dostatečně nechválí. V interview s učiteli jsem se zabývala také motivací žáků ke cvičení. Jak žáky motivují, když nechtějí cvičit. Sestavení vyučovacích hodin tělocviku, aby byly po celou dobu pro žáky atraktivní, je velice těžké. Jeden z učitelů v rámci hodiny cvičí se žáky to, co ví, že je baví a v druhé části hodiny s nimi cvičí, co je zapotřebí. Další učitel uvádí, že když vidí od žáků snahu, dá při známkování více pokusů nebo jim známku za aktivitu přilepší. Učitelé se také zmiňovali o některých kolezích, kteří se ani nepřevlékají do cvičebního úboru, dají žákům míč a sedí při hodinách na lavičkách, případně hrají s žáky celý tělocvik vybíjenou, fotbal nebo jiný z kolektivních sportů. Žádný z nich ale nechtěl být k případu konkrétnější.

Další otázky byly směřovány k informovanosti žáků o školních zájmových kroužcích a sportovních klubech a oddílech v jejich okolí. Dva učitelé potvrdili, že žáky informují o školních kroužcích, jeden kroužek i sám vede. Zbylí dva učitelé nemají na své škole pohybové kroužky. A pouze 1 učitel informuje o dalším sportovním vyžití např. sportovních klubech, oddílech ve městě. Učitelé nechávají informovanost na samotných organizacích, případně na rodičích. Na otázku učitelů ze ZŠ Boženy Němcové, proč nemají na své škole žádný pohybový kroužek, odpovídají, že o ně není na škole dostatečný zájem.

V další otázce se učitelé vyjadřovali ke své přípravě na studovaných vysokých školách. Vždy byla motivace žáků ke sportu a pohybovým aktivitám zmiňována jako velmi důležitá. Ve své praxi se ale učitelé setkali s momenty, kdy si nevěděli rady, jak

motivovat žáky s menší ochotou ke sportu. Nebyli na tyto děti, z jejich pohledu, dostatečně připraveni. Umí pracovat výborně se sportujícími jedinci, kteří sport milují, s těmi ostatními si mnohdy neví rady. Většina z nich (3) se dle svého vyjádření umí vyrovnat i s těmito žáky a snaží se připravit zajímavou a netradiční hodinu tělesné výchovy.

7 DISKUSE

Výzkumnými metodami jsem dospěla k těmto poznatkům:

Zastoupení pravidelně sportujících žáků je mnohem vyšší, než nesportujících. Většina žáků (91 %) sportuje 1 hodinu a více. Mezi nesportující žáky patří více chlapci, nežli dívky. Žáci, kteří rádi sportují, vyhledávají ve své volném čase častěji pohybovou aktivitu, než žáci, kteří neradi sportují. Tato úzká provázanost se mi ve výzkumu ověřila. 95 % žáků rádo nebo alespoň občas rádo sportuje. Nejčastěji s kamarády, sami nebo s trenéry.

Mezi nejčastější faktory, které žáky ovlivnily, při výběru sportu byl jejich vlastní zájem o sport, kamarád a tělesná výchova, kde je daný sport začal bavit. Ze 170 dotazovaných 86 žáků chodí do nějakého sportovního klubu, oddílu, zájmové sportovní činnosti nebo do školního pohybového kroužku. Což je 51 %. V diplomové práci: Preference a popularita jednotlivých sportovních odvětví u dětí staršího školního a dorostového věku v Kolíně [33.] Michal Keltner uvádí: 75 % dotazovaných žáků staršího školního věku provozuje nějaký sport. Počet jaroměřských žáků, kteří chodí do sportovních kroužků, je poměrně nízký, když kroužky navštěvuje pouze 51% z nich. V celkovém měřítku přesto z dotazníku vyšel závěr, že 61 % žáků sportují rádi a 34 % občas. Z toho vyplývá, že nemusí být nutně organizováni v nějakém sportovním oddíle nebo kroužku, ale že se sportu věnují ve svém volném čase s oblibou. Nejvyhledávanější sporty žáků jsou fotbal, florbal a bojový sport. Stejně tak i ve výše uvedené diplomové práci, kterou napsal Michal Keltner [33.]. V tabulce oblíbenosti sportů v jeho práci u dětí staršího školního věku je fotbal, florbal a basketbal. Ten je u žáků v Jaroměři až na sedmém místě pomyslného žebříčku, přičemž tento sport je v mém městě pro širokou veřejnost a mládež otevřen.

Motivace je velice důležitý prvek v pohybové aktivitě žáků, nezávisle na tom, zda je organizovaná, neorganizovaná nebo v rámci tělesné výchovy. Žáci tělesnou výchovu hodnotili poměrně kladně. Zajímavost a obměna hodin byla jedním z důvodů. Empatie a dobré vztahy mezi učitelem a žákem jsou velmi důležité, protože v důsledku ovlivňují, zda žák má tento předmět rád. Ve výzkumu se ukázal špatný vztah mezi žáky a jedním z učitelů tělesné výchovy. Následkem toho bylo špatné hodnocení tělesné výchovy u této třídy.

Mnohdy se žáci seznamují s jednotlivými sporty a hrami v těchto hodinách poprvé a budují si v nich chuť k dalšímu rozvoji svých dovedností. Jednou z nejlepších motivací je pochvala. Ve sportu nejčastěji chválí žáky rodiče, kamarádi a trenér. Jak už jsem se zmiňovala v teoretické části, motivace je velmi důležitá součást pohybových aktivit. I přesto, že poměrně velký počet žáků rád a pravidelně sportuje, jen polovina z dotazovaných chodí do sportovních kroužků. V nich se nevěnují pouze pohybové činnosti, ale učí se i toleranci a pomoci druhým. V sociální oblasti zase navazování nových přátelských vztahů. Jeden z důvodů je absence motivace ze strany rodiny a okolí žáka. Dochází k ní pouze u 58% dotazovaných.

O tom, zda ve škole probíhají pohybové kroužky, jsou žáci z větší části (67%) informováni. Naopak o možnosti navštěvovat různé pohybové mimoškolní organizace většina učitelů nepodává žákům informace. Zda neinformovanost o možnostech dalšího pohybového vyžití může mít negativní vliv na sportování žáků, jsem ve své práci nezjistila, ale může to být jeden z faktorů. Zde je vhodné také říci, že vedoucí zájmových sportovních klubů, věnujících se mimoškolní tělesné aktivitě, by se měli zamyslet nad možnostmi větší prezentace svých provozovaných sportů a zvýšili tím členskou základnu svých klubů. Jako například basketbalový oddíl Basket'áci, kteří pořádají několikrát ročně turnaj pro širokou veřejnost. Také oddíl ledního hokeje formou letáků každý rok informuje o náboru nových, mladých hokejistů.

Nesportující žáci mají různé důvody, proč nesportovat. Jedním z nich, je typická nechť ke cvičení. Dalším důvodem je ale špatná předchozí zkušenost s trenéry, kteří se nerovnocenně chovali k dětem. To je otázka k zamyšlení, kdy trenéři mimoškolních sportovních oddílů vedou svůj klub k výkonu a vítězství v místních soutěžích a méně pohybově zdatní jedinci jsou pro ně nepotřební. Toto vyplynulo také z interview s nesportujícími žáky. Dívky, naopak trápí postava, která prochází v jejich věku většími změnami. Stydí se cvičit, aby nebyly terčem posměšku u ostatních spolužáků. Obhroublé narážky, mnohdy i od vrstevnic ničí sebevědomí a sebe prezentaci těchto dívek nejen na úrovni sportu.

Mnozí učitelé přiznávají, že motivovat žáky někdy není lehkým úkolem. Během studia jim byl kladen důraz na důležitost motivace, ale s dětmi, které nemají chuť sportovat, si občas neví rady. Jedním ze způsobů, jak v hodinách nudě zabránit, je propojení činnosti, která žáky baví s pro ně méně atraktivními.

Dovolím si zde, v diskuzi mé diplomové práce, uvést můj názor na otázku sportující a nesportující mládeže a na vliv motivace na ni. Všechny děti se rodí s potřebou pohybu a nutností sebevyjádření se touto formou. Od útlého dětství lezou, skáčou, podlézají, padají, běhají a projevuje se u nich čirá radost z pohybu. Ale už na dětském hřišti od svých rodičů slyší příkazy typu „Neskákej, nelez, nebo si ublížíš.“ Protože jsou vedeny ke kázni a poslouchají své rodiče, už tehdy je jejich přirozenost v pohybu omezována. Možná neúmyslně tak rodiče svým dětem pohyb znesnadňují, protože chtějí prezentovat své „hodné, klidné a poslušné“ děti, hlavně před veřejností.

S podobným problémem jsem se setkala i v mateřské škole. Ano, chodili jsme na procházky, ale způsobně za ruce vedle sebe, ale na školní zahradě jsme opět slyšeli „nelez tak vysoko, neskákej z té prolézačky...“ Na jedné straně chápu obavy pedagogického personálu o zdraví svěřených dětí, na straně druhé opět dochází k omezování přirozeného pohybu dětí.

Pak přichází škola, kde se učitelé snaží zaujmout své žáky pro sport a různá sportovní odvětví. Někomu z nich se toto daří lépe, někomu hůř. Už tady je ale znát, kdo z žáků má přirozený talent pro sport, kdo se nedal omezovat rodiči a učitelkami mateřských škol a na druhé straně ten, který raději poslušně seděl v koutku na pískovišti. A najednou se všichni diví: „Proč je ta naše Anička tak baculatá a nerada běhá s ostatními dětmi?“ Domnívám se, že sáhnout do svědomí by si měli všichni, kteří mají s dětmi od nejútlejšího věku co do činění: rodiče, vychovatelé, učitelé na celé škále předškolního a školního vzdělávání, trenéři. Každý z nich má nebo někdy měl vliv na sportovní „chuť a nebo nechut“ svých svěřenců. A protože výjimky potvrzují pravidlo, a je jich z mého pohledu stále víc, tak je dnes vidět ve společnosti trend rodičů, kteří zdolávají hory se svými malými dětmi na zádech, vedou je k lásce ke sportu, učí je od útlého věku jezdit na kole, na lyžích a vůbec se jim ze všech svých sil věnují. A to je dobře.

7.1 Porovnání výsledků šetření s hypotézami

H1 Více než 70% - 80% žáků se pravidelně věnuje sportu ve svém volném čase mimo vyučování (91%). H1 - **nepotvrzena**, (viz graf č. 5) nejvíce žáků (36%) chodí cvičit 1-2 hodiny týdně.

H2 Největší vliv na výběr sportu je vlastní žákův zájem o daný sport (40%), nikoliv rodiče, H2 - **nepotvrzena**, (viz graf č. 15). V dalších předpokladech: kamarád, který s žákem chodí na sport a tělesná výchova se předpoklad potvrzuje.

H3 91 % žáků baví tělesná výchova H3 - **potvrzena**, (viz tabulka č. 6, otázka č. 7) radost ze sportu, je nejčastějším důvodem, dále zajímavost hodin a to, že mají rádi pana/paní učitele/učitelku.

H4 Pohybové kroužky organizované základní školou, mají vliv na sportování dětí mimo vyučování H4 – **potvrzena** pouze z interview. Tento předpoklad nelze z dotazníkového šetření jednoznačně potvrdit ani vyvrátit. Do školních pohybových kroužků žáci docházejí (31) a 64 % žáků by ocenilo větší počet nebo alespoň nějaký pohybový kroužek na své škole.

H5 21 rodičů pravidelně sportujících žáků sportuje, oproti tomu pouze 2 rodiče nesportujících žáků, sportují H5 - **potvrzena**, (viz. Graf č. 17) z celkového počtu žáků 14% rodičů je sportujících a 6% rodičů sportuje se svými dětmi.

8 ZÁVĚRY

Výzkumnými metodami jsem zjistila pohybovou aktivitu jaroměřských žáků 8. a 9. tříd. Ve výzkumné části bylo získáno 170 platných dotazníků a díky tomuto velkému počtu respondentů můžeme výsledky považovat za statisticky dostatečně vypovídající. Cílem mé práce bylo zjistit, jak jsou žáci motivováni a co ovlivňuje jejich pohybovou aktivitu a sport. Po vyhodnocení jednotlivých odpovědí jsem dospěla k těmto závěrům:

1. V H1 se mi nepotvrdil předpoklad, že zastoupení pravidelně sportujících žáků ve svém volném čase mimo vyučování je 70% - 80%. Pravidelně sportujících žáků je mnohem více, než nesportujících. Většina žáků (91 %) sportuje 1 hodinu a více. Mezi nesportující žáky patří více chlapci, nežli dívky.
2. Ze závěru H2 vyplynulo, že největší vliv na výběr sportu má žákův zájem o daný sport, nikoliv rodiče. Mezi další vlivy, které ho ovlivňují, patří kamarádi a vyučovací předmět tělesná výchova.
3. Někteří žáci se setkávají s organizovaným cvičením poprvé až na základní škole a mnohdy je ovlivní i v aktivním prožití volného času. Oblíbenost tělesné výchovy je často vizitkou učitele, jak tento předmět vyučuje. V H3 se mi potvrdilo, že pro 91% žáků je TV oblíbený předmět a baví je. Zajímavost hodin a pomůcek je jeden z častějších důvodů jejich úsudku.
4. Školní zájmové kroužky slouží k motivaci, rozvoji osobnosti a smysluplnému využití volného času. Můj předpoklad v H4, že pohybové kroužky organizované základní školou mají vliv na sportování dětí mimo vyučování, nelze v dotazníku jednoznačně potvrdit. Tato hypotéza byla potvrzena v interview.
5. V H4 se mi potvrdil předpoklad, že více rodičů pravidelně sportujících žáků také sportuje, než je tomu u nesportujících žáků. Rodiče patří také mezi ty, kteří své děti nejčastěji chválí za sportovní výkony.

Informace získané z výzkumu lze využít jako reflexi pro školy v rámci pohybových kroužků. Cenné informace zde naleznou také učitelé. V praktické části mohou nahlédnout, jak žáci hodnotí jejich hodiny a co je pro ně v rámci tělesné výchovy důležité.

Ráda bych se v úplném závěru vrátila k mnou použitému citátu od Davida Gergena, uvedeném na začátku mé diplomové práce. Doufám a moc bych přála všem

žákům, aby dostali tolik motivace a inspirace, aby dokázali překonávat i ty nejstrmější hory a došli ke svým sportovním cílům.

9 POUŽITÉ ZDROJE

1. ČÁP, J. Psychologie pro učitele. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1990, ISBN 14-225-87
2. ČÁSLAVOVÁ E., Management a marketing sportu. 1. vydání. Praha: Olympia. 2009, 225 s. ISBN 978-80-7376-150-9
3. DOBRÝ, L. ČECHOVSKÁ, I. KRAČMAN B. PSOTTA, R. SÜSS V. Kinantropologie a pohybové aktivity, Brno: Masarykova univerzita, 2009, 13 s. ISBN 978-80-2104858-4
4. DVOŘÁČEK, J. Pedagogika pro učitele odborných předmětů. Praha: Oeconomica, 2005, 161 s. ISBN 80-245-0886-9
5. FLEMR, L. NĚMEC, J. NOVOTNÝ, O., Pohybové aktivity ve vědě a praxi, Praha: Karolinum, 2014. 129-130s. ISBN 978-80-246-2621-5
6. FONTANA, D., Psychologie ve školní praxi, Praha: Portál, 1997, 57 s. ISBN 80-7178-063-4
7. GAVORA, P. Úvod do pedagogického výzkumu. Brno: Paido, 2000. ISBN 80-85931-79-6
8. HELUS, Z. Psychologie. Praha: Fortuna, 1995, 118 s. ISBN 80-7168-245-4
9. HRABAL, F. MAN, F. PAVELKOVÁ I. Psychologické otázky motivace ve škole. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1984, ISBN 14-566-84
10. KURIC, Josef a kolektiv. Ontogenetická psychologie, Praha: SPN, 1986. ISBN 14-409-86
11. MACÁK, I., HOŠEK, V. Psychologie tělesné výchovy a sportu. Praha: SPN. 1989, 222 s. ISBN 14520-89
12. MACHOVÁ, J. Biologie člověka pro učitele. 1.vyd. Praha: Karolinum, 2008. 269 s. ISBN 978-80-7184-867-7
13. NAKONEČNÝ, M. Motivace chování. Praha: TRITON, 2014, 162 s. ISBN 978-80-7387-830-6
14. NAKONEČNÝ, M. Úvod do psychologie. Praha: Academia, 2003. ISBN 80-200-0993-0
15. NOVOTNÁ, L. HŘÍCHOVÁ, M. MIŇHOVÁ, J. Vývojová psychologie, Plzeň: Západočeská univerzita, 2012. ISBN 978-80-261-0115-4
16. PASTUCHA, D. Pohyb v terapii a prevence dětské obezity, Praha: GRADA, 2011. 48 s. ISBN 978-80-247-4065-2

17. PLAMÍNEK, J. Tajemství motivace, Praha: Grada, 2015, ISBN 978-80-247-9745-8
18. PRŮCHA, J. WALTEROVÁ, E. MAREŠ, J. Pedagogický slovník, Praha: Portál, 1995, ISBN 80-7178-029-4
19. ŘÍČAN, P. Psychologie. Praha: Portál, 2005, 286 s. ISBN 80-7178-923-2
20. ŘÍČAN, P. Psychologie osobnosti obor v pohybu. Praha: GradaPublishing, 2010, 96 s. ISBN 978-80-247-3133-9
21. SIGMUNDOVI, E. D. Pohybová aktivita pro podporu zdraví dětí a mládeže, Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2011. ISBN 978-80-244-2811-6
22. SKOPOVÁ, M. ZÍTKOM. Základní gymnastika. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2005, 178 s. ISBN 80-246-0973-8
23. SLEPIČKA, P. HOŠEK, V. HÁTLOVÁ, B. Psychologie sportu. Praha: Karolinum. 2006, 230 s. ISBN 80-246-1290-9
24. SLEPIČKOVÁ, Irena. Sport a volný čas. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2000, ISBN 802460044
25. YOUNG P. Th.: Motivation and Emotion, New York-London-Sydney, Wiley 1961, s.23n.

9.1 Internetové zdroje

26. Zájmové vzdělávání. *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. [cit. 22-1-2016].
Dostupné na: <http://www.msmt.cz/mladez/zajmove-vzdelavani-1>
27. Střediska volného času. *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. [cit. 24-1-2016].
Dostupné na: <http://www.msmt.cz/mladez/strediska-volneho-casu?highlightWords=%C5%A1koln%C3%AD+krou%C5%BEky>
28. Evropská charta sportu. *Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy* [online]. [cit. 24-1.2016].
Dostupné na: <http://www.msmt.cz/sport/evropska-chartasportu>
29. Spolky ve městě. *Oficiální stránky města Jaroměř* [online]. [cit. 7-2-2016]
Dostupné na: <http://www.jaromer-josefov.cz/volny-cas/spolky-ve-meste/>
30. Školní pohybové kroužky. *ZŠ Na Ostrově* [online]. [cit. 7-2-2016]
Dostupné na: <http://www.zsostrov.cz/Zakladni-informace/Skolni-rok-2009-2010/Placene-krouzky.aspx>

31. Školní pohybové kroužky. ZŠ *Boženy Němcové* [online]. [cit. 7-2-2016]
Dostupné na: <http://www.zsbn.cz/index.php/o-skole109/velka-bozenka118/krouzky-2125>
32. Školní pohybové kroužky. ZŠ *Josefov* [online]. [cit. 7-2-2016]
Dostupné na: <http://www.zsJosefov.cz/cz/pro-zaky-a-predskolaky/zajmove-krouzky/>

9.2 Ostatní

33. Diplomová práce, KELTNER, M. Preference a popularita jednotlivých sportovních odvětví u dětí staršího školního a dorostového věku v Kolíně, 2015

10 PŘÍLOHY

10.1 Příloha č. 1 - dotazník pro všechny žáky

Dobrý den,

v úvodu bych Vás ráda požádala o vyplnění dotazníku, který bude zpracován na výzkum diplomové práce: Motivace žáků 2. stupně základních škol k pohybovým aktivitám a sportu. Data a veškeré informace jsou anonymní, z toho důvodu dotazník prosím nepodepisujte. Dotazník se skládá z různých variant otázek. Ty obsahují někdy jednu, ale i více možných odpovědí. Z tohoto důvodu Vás prosím o řádné přečtení všech otázek i jejich dodatků, aby všechna vyhodnocená data odpovídala skutečnosti.

Velice děkuji za pravdivé odpovědi.

Diplomovou práci zpracovává: Denisa Suchánková

Pedagogická fakulta, Univerzita Karlova

- 1) Jsem:
 - a) Chlapec
 - b) Dívka
- 2) Chodím do:
 - a) 8. třídy
 - b) 9. třídy
- 3) Sportuješ rád?
 - a) Ano
 - b) Občas
 - c) Ne
- 4) Kolik hodin týdně sportuješ ve svém volném čase mimo vyučování?
 - a) 0 hodin
 - b) 1-2 hodiny
 - c) 3-4 hodiny
 - d) 5 a více hodin
- 5) S kým sportuješ mimo vyučování? (zaškrtni 1 nebo více variant)
 - a) Sám
 - b) S kamarády
 - c) S rodiči
 - d) S trenérem v klubu, oddíle
 - e) S jinými, napiš

.....

f) S nikým

- 6) Zakroužkuj na stupnici 1-5, jak tě baví tělesná výchova a je pro tebe zároveň oblíbená. Číslo 1 znamená nejvyšší oblíbenost:

1 2 3 4 5

*Pokud odpovíš hodnocením 1-3, odpověz na další otázku:

- 7) Tělesná výchova mě baví, protože: (zaškrtni 1 nebo více variant)

- a) Pana (Paní) učitele/učitelku mám rád
- b) Hodiny jsou zajímavé a pokaždé jiné
- c) Cvičíme se zajímavými pomůckami a náradím
- d) Učitel/ka nás chválí
- e) Rád/a sportuji
- f) Jiné,

napiš.....

*Pokud odpovíš hodnocením 3-5, odpověz na další otázku: (zaškrtni 1 nebo více variant)

- 8) Tělesná výchova mě nebaví, protože:

- a) Pana (Paní) učitele/učitelku nemám rád
- b) Hodiny jsou nudné a nezajímavé
- c) Cvičíme neustále se stejnými, nezajímavými pomůckami a náradím
- d) Učitel/ka nás nechválí
- e) Nerad/a sportuji
- f) Jiné,

napiš.....

- 9) Tělesnou výchovu vnímáš jako: (zaškrtni 1 nebo více variant)

- a) Rád/a si zacvičím místo sezení v lavici
- b) Jako povinný předmět
- c) Sblížení a kontakt s kamarády
- d) Jiné, napiš.....

.....

- 10) Chodíš na nějaký sportovní kroužek?

- a) Ano
- b) Ne

- 11) Na jaký sportovní kroužek chodíš? (zaškrtni 1 nebo více variant)

- a) Fotbal
- b) Hokej
- c) Florbal
- d) Basketbal
- e) Tanec
- f) Gymnastika

- g) Atletika
- h) Bojový sport
- i) Jiný sport, napiš.....
- j) Nechodím na žádný sportovní kroužek

12) Kdo tě chválí za sportovní výkon? (zaškrtni 1 nebo více variant)

- a) Rodiče
- b) Jiný rodinný příbuzný
- c) Trenér
- d) Kamarádi
- e) Nikdo
- f) Někdo jiný

13) Motivuje tě rodina či tvé okolí ke sportu?

- a) Ano
- b) Ne

14) Co tě ovlivnilo při výběru sportu? (zaškrtni 1 nebo více variant)

- a) Líbí se mi, protože je oblíbený u rodičů
- b) Rodiče mi ho vybrali
- c) Chodí se mnou na kroužek kamarád
- d) Začal mě bavit na hodinách tělesné výchovy
- e) Zalíbil se mi na školním zájmovém kroužku
- f) Cena
- g) Dostupnost místa
- h) Osobnost vedoucího
- i) Můj zájem o tento sport
- j) Jiné, napiš.....
- k) Nic nenavštěvuji

15) Sportují tvoji rodiče?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Občas
- d) Je to rozdílné u matky a otce, napiš

.....

16) Sportuješ se svými rodiči?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Občas

17) Navštěvuješ nějaký zájmový pohybový kroužek na škole?

- a) Ano, (napiš jaký).....
- b) Ne

18) Je na Vaší škole zájmový kroužek zaměřený na pohyb?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Nevím

19) Vyjmenujte názvy pohybových kroužků na Vaší škole:

.....

.....

20) Jsi informovaný/á o nabídkách zájmových pohybových kroužků od svého učitele (na TV)?

- a) Ano
- b) Ne

21) Ocenil/a bys na své škole větší počet pohybových kroužků?

- a) Ano
- b) Ne

22) Informuje vás učitel o možnostech cvičení ve sportovních klubech a oddílech ve vašem okolí?

- a) Ano
- b) Ne

23) Podávají sportovní kluby a oddíly informace o možnostech jejich členství na Vaší škole?

- a) Ano
- b) Ne
- c) Nevím

10.2 Příloha č. 2 – interview s vybranými nesportující žáky

- 1) Jsem:
 - a) Chlapec
 - b) Dívka
- 2) Chodím do: třídy
- 3) Proč nenavštěvuješ žádný sportovní klub nebo jiné pohybové zařízení?
Napiš:.....
.....
- 4) Chodil/a jsi v minulosti do sportovního klubu nebo jsi navštěvoval/a jiný pohybový kroužek?
 - a) Ano, jaký.....
 - b) Ne

Pokud ano, odpověz:

- 5) Přestal/a jsi chodit z důvodu: (zaškrtni 1 nebo více variant)
 - a) Kvůli trenérovi (nechválil mě, neměl/a jsem ho rád/a)
 - b) Na tréninku byla nuda
 - c) Byl/a jsem nešikovný/á
 - d) Neměl/a jsem tam kamaráda
 - e) Jiný důvod, napiš.....
.....
- 6) Zakroužkuj na stupnici 1-5, jak tě baví tělesná výchova a je pro tebe zároveň oblíbená. Číslo 1 znamená nejvyšší oblíbenost:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

*Pokud odpovíš hodnocením 1-3, odpověz na další otázku:

- 7) Tělesná výchova mě baví, protože: (zaškrtni 1 nebo více variant)
 - a) Pana (Paní) učitele/učitelku mám rád
 - b) Hodiny jsou zajímavé a pokaždé jiné
 - c) Cvičíme se zajímavými pomůckami a náradím
 - d) Učitel/ka nás chválí
 - e) Rád/a sportuji
 - f) Jiné, napiš.....

*Pokud odpovíš hodnocením 3-5, odpověz na další otázku: (zaškrtni 1 nebo více variant)

- a) Tělesná výchova mě nebaví, protože:
- b) Pana (Paní) učitele/učitelku nemám rád

- c) Hodiny jsou nudné a nezajímavé
 - d) Cvičíme neustále se stejnými, nezajímavými pomůckami a nářadím
 - e) Učitel/ka nás nechválí
 - f) Nerad/a sportuji
 - g) Jiné, napiš.....
- 8) Máš nějaké pohybové omezení v hodinách TV?
- a) Ano
 - b) Ne
- 9) Sportují tvoji rodiče?
- a) Ano
 - b) Ne
 - c) Občas
- a) Sportujete s rodiči ve volném čase a na dovolené?
- a) Ano
 - b) Občas
 - c) Ne
- b) Motivuje tě rodina či tvé okolí ke sportu?
- a) Ano
 - b) Ne
- a) Jsou na vaší škole nějaké pohybové kroužky?
- a) Ano
 - b) Ne
 - c) Nevím

10.3 Příloha č. 3 – Interview s vybranými žáky, kteří min. 2x týdně trénují

- 1) Jsem:
 - c) Chlapec
 - d) Dívka
- 2) Chodím do: třídy
- 3) Trénuji:
 - a) 2x týdně
 - b) 3x týdně
 - c) 4x týdně
 - d) 5x a více týdně
- 4) Kdo tě přivedl ke tvému sportu?
 - a) Rodiče
 - b) Kamarád
 - c) Můj vlastní zájem o vybraný sport
 - d) Učitel na TV
 - e) Učitel ze školního pohybového kroužku
- 5) Zakroužkuj na stupnici 1-5 oblíbenost TV. Číslo 1 znamená nejvyšší oblíbenost:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 6) Sportují tvoji rodiče?
 - a) Ano
 - b) Ne
 - c) Občas
- 7) Sportujete s rodiči ve volném čase a na dovolené?
 - a) Ano
 - b) Občas
 - c) Ne
- 8) Motivuje tě rodina či tvé okolí ke sportu?
 - a) Ano
 - b) Ne
- 9) Jsou na vaší škole nějaké pohybové kroužky?
 - a) Ano
 - b) Ne
 - c) Nevím
- 10) Pokud ano, chodíš na nějaký pohybový kroužek na vaší škole?
 - a) Ano, napiš jaký.....
 - b) Ne

10.4 Příloha č. 4 - interview s učiteli tělesné výchovy

- 1) Proč si myslíte, že by žáci měli mít předmět tělesné výchovy za oblíbený a měl by je bavit?
- 2) Z jakého důvodu si myslíte, že žáky nebaví a nemají oblíbený předmět tělesné výchovy?
- 3) Myslíte si, že své žáky chválíte?
 - a) mnoho
 - b) přiměřeně
 - c) málo
- 4) Jak žáky motivujete, když nechtějí cvičit?
- 5) Informujete žáky o školních pohybových kroužcích nabízených Vaší školou?
- 6) Informujete žáky o možnosti docházet do sportovních klubů a oddílů ve Vašem okolí?
- 7) Připravila Vás dostatečně Vámi studovaná vysoká škola na nutnost vhodné motivace žáků k pohybovým aktivitám a sportu?

Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta

M. Rettigové 4, 116 39 Praha 1

Evidenční list žadatelů o nahlédnutí do listinné podoby práce

Jsem si vědom/a, že závěrečná práce je autorským dílem a že informace získané nahlédnutím do zveřejněné závěrečné práce nemohou být použity k výdělečným účelům, ani nemohou být vydávány za studijní, vědeckou nebo jinou tvůrčí činnost jiné osoby než autora.

Byl/a jsem seznámen/a se skutečností, že si mohu pořizovat výpisy, opisy nebo rozmnoženiny závěrečné práce, jsem však povinen/povinna s nimi nakládat jako s autorským dílem a zachovávat pravidla uvedená v předchozím odstavci tohoto prohlášení.

Poř. č.	Datum	Jméno a příjmení	Adresa trvalého bydliště	Podpis
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

